Die Volksmedizin der Bewohner des Zentral-Hindukusch

(Afghanistan)

Karl Winkler

1964

AUS DEM INSTITUT FUR GESCHICHTE DER MEDIZIN
DER UNIVERSITÄT MÜNCHEN
Direktor: Prof. Dr. Werner Leibbrand

Die Volksmedizin der Bewohner des Zentral-Hindukusch

(Afghanistan)

Inaugural-Dissertation

zur Erlangung der Doktorwürde in der gesamten Medizin
verfaßt und
einer Hohen Medizinischen Fakultät
der Ludwig-Maximilians-Universität zu München

vorgelegt von

Karl Winkler
Traunstein

München 1964

A. Schubert, München 5, Cornelliusstraße 21 · Telefon 221777

Gedruckt mit Genehmigung der Medizinischen Fakultät
der Universität München

Referent:	Professor Dr. W. LEIBBRAND
Dekan:	Professor Dr. R. BACHMANN

Tag der mündlichen Prüfung: 9.6.1964

UNIVERSITEITSBIBLIOTHEEK - LEIDEN -

MEINEN ELTERN

INHALTSVERZEICHNIS

Seite

A. EINFÜHRUNG 9
Kurzer Bericht über die Traunsteiner Hindukusch-Espedition 1961, in deren Verlauf das Material für diese Dissertation gesammelt wurde. - Die Befragung der Leute.

B. LEBENSRAUM UND BEWOHNER DES ZENTRAL-HINDUKUSCH 10

I. Geographische und klimatische Verhältnisse im Zentral-Hindukusch; Begrenzung des bearbeiteten Gebietes; fremde Einflüsse. 10

II. Die Bewohner des Zentral-Hindukusch in anthropologischer und ethnologischer Sicht. 14

1. Die rassische Einordnung und die Sprache 14
2. Geistesverfassung und Religion 14
3. Die künstlerischen Leistungen (Dichtung, Musik, bildende Kunst) 16
4. Gesellungsleben - rechtliche Verhältnisse 18
5. Die Wirtschaft 20

III. Allgemeine Hygiene 25

1. Die Umwelt 25
2. Siedlung, Haus, Wohnung 26
3. Ernährung und Wasser 29
4. Bekleidung 30
5. Körperpflege 31
6. Bestattung 31
7. Die hauptsächlichen Krankheiten der Bewohner des Zentral-Hindukusch. Die durchschnittliche Lebenserwartung 32

C. DIE VOLKSMEDIZIN DER BEWOHNER DES ZENTRAL-HINDUKUSCH 35

I. Deskriptiver Teil: Aufzählung und Beschreibung des Heilschatzes

Seite

1. Symptome und Krankheitsbilder der Inneren Medizin 36

A. Kopfschmerzen 36
B. Zahnschmerzen 37
C. Fieber 37
D. Schlaflosigkeit 38
E. Bleichsucht 38
F. Erkältungskrankheiten 38
G. Erkrankungen der Lunge 39
H. Halsschmerzen 40
I. Kropf 40
J. Nasenbluten 40
K. Blutspucken 41
L. Schwindel, Ohnmacht 41
M. Leibschmerzen 41
N. Krampfartige Leibschmerzen 42
O. Übelkeit und Erbrechen 42
P. Durchfälle 42
Q. Verstopfungen 43
R. Würmer 43
S. Gelbsucht 43
T. Bauchwassersucht 44
U. Rheumatismus 44
V. Gicht 45
W. Hämorrhoiden 45
X. Schmerzen in der Nierengegend 45
Y. Blasenentzündungen 46
Z. Krämpfe 46

2. Chirurgische Krankheitsbilder, Heilmittel und Heilmethoden 47

A. Versorgung von Wunden 47
B. Entzündung 48
C. Chirurgische Verrichtungen 48
D. Prellungen und Quetschungen 49
E. Luxationen 49
F. Frakturen 49

Seite

3. Frauenkrankheiten - Geburtshilfe und Säuglingspflege - Kinderkrankheiten, 50

Frauenkrankheiten: 50

A. Menstruation und Menstruationsbeschwerden 50
B. Blutungen aus der Scheide ausserhalb der Menstruation 50
C. Unterleibsschmerzen 51
D. Ausfluss aus der Scheide 51

Geburtshilfe und Säuglingspflege 51

Kinderkrankheiten 53

4. Augenkrankheiten 54

A. Fremdkörperentfernung aus dem Auge 54
B. Hordeolum 54
C. Augenentzündungen, Augenschmerzen 54

5. Haut- und Geschlechtskrankheiten 55

A. Ekzem 55
B. Abszess 56
C. Erfrierungen 56
D. Verbrennungen 56
E. Harnverhalten 57
F. Gonorrhoe 57

II. Beurteilung und Ergebnis 57

LITERATURVERZEICHNIS 61

DANK AN PROFESSOR 66

LEBENSLAUF 67

BILDERVERZEICHNIS

Seite 13 : Kartenskizze über die Lage des Expeditionsgebietes.

Seite 22 : Haus im Munjan-Tal.

Seite 23 : Mann im Munjan-Tal.

Seite 24 : Junge im Munjan-Tal.

Seite 28 : Dorfausschnitt im Munjan-Tal.

Alle Bilder wurden im Verlauf der Traunsteiner Hindukusch-Expedition 1961 von Karl Brenner gemacht.

A. EINFÜHRUNG

Kurzer Bericht über die Traunsteiner Hindukusch-Expedition 1961. - Die Befragung der Leute.

Mit Unterstützung des Bundesministeriums des Innern, des Deutschen Alpenvereins, der Industrie und von privater Seite kam die Traunsteiner Hindukusch-Expedition mit den Teilnehmern Karl Brenner, Dietrich von Dobeneck, Otto Huber, Fritz Wagnerberger und Karl Winkler, alle aus Traunstein im Jahre 1961 zustande.

Die Gruppe startete am 2. Juli 1961 mit zwei VW-Bussen und erreichte nach 25tägiger Fahrt auf dem Wege über Österreich, Jugoslawien, Griechenland, Türkei und Persien Kabul, die Hauptstadt Afghanistans. Mit Lastwagen ging es von dort aus weiter nach Feizabad und Jurm in der Provinz Badakhschan am Nordabhang des Hindukusch-Gebirges. Nach mühevoller Fahrt durch Afghanistan in Jurm angelangt, wurde das gesamte Expeditionsgepäck auf Pferde verladen und in 7 Tagesetappen konnte die Karawane den etwa 160 km langen Anmarschweg durch das obere Kokča-Tal nach Deh Ambi im Munjan-Tal zurücklegen, einem kleinen Ort, der als Ausgangspunkt für die geplanten Vorstösse in die unbekannten Berge des Zentral-Hindukusch gewählt wurde.

Der Bergsteigergruppe gelang es im Laufe der nächsten sieben Wochen im Darrah-i-Deh Ambi sieben Fünftausender der Kollae Ahmad Baba-Kette (höchster Gipfel 5800 m) und im Darrah-i-Šahran weitere fünf Fünftausender und zwei Sechstausender (Šakh-i-Kabud 6100 m und Koh-i-Marchech 6050 m) erstmals zu ersteigen. Die Besteigungen dieser Berge in den bisher von Europäern noch nicht besuchten Gebieten boten teilweise grosse Schwierigkeiten. Der Rückweg aus dem Hindukusch erfolgte auf Pferden durch das Pandjir-Tal und von Kabul auf dem Luftwege über Taschkent und Moskau zurück nach Deutschland.

Neben der rein bergsteigerischen Betätigung der Gruppe wurden die besuchten Gebiete im Zentral-Hindukusch soweit als möglich kartographisch erfasst, ausserdem wurde ein Film über den Verlauf der Expedition gedreht und reiches Bildmaterial mit nach Hause gebracht.

Während ihres Aufenthaltes in Afghanistan wurde die Gruppe von einem deutsch sprechenden afghanischen Medizinstudenten begleitet, der als Dolmetscher fungierte. Nach einem vorher ausgearbeiteten festen Plan, der im

wesentlichen die Fragen nach Heilmittel und Heilmethoden, wie sie die Bewohner des Zentral-Hindukusch heute noch gebrauchen, umfasste, wurden über den Dolmetscher insgesamt 287 Leute befragt. Mit den Leuten, die die Gruppe als Treiber und Träger beleiteten, aber auch mit der Bevölkerung der Dörfer bekam man meist mit Hilfe von Geschenken und Arzneien rasch Kontakt, und so entstand mosaikartig aus Antworten und eigenen Beobachtungen das Bild der Volksmedizin der Bewohner des Zentral-Hindukusch, das natürlich nicht den Anspruch auf Vollständigkeit erheben kann, aber doch einen kleinen Einblick in das Leben dieser Leute zu geben hofft.

B. LEBENSRAUM UND BEWOHNER DES ZENTRAL-HINDUKUSCH

I. Geographische und klimatische Verhältnisse im Zentral-Hindukusch; Begrenzung des bearbeiteten Gebietes; fremde Einflüsse.

Es sei voraus geschickt, dass zuverlässiges Kartenmaterial über den grössten Teil des Hindukusch-Gebirges noch nicht bestehen; Tal- und Kammverläufe, Flüsse, Gipfel und Ortschaften sind in den vorhandenen Karten nur vermutungsweise angegeben oder fehlen gänzlich. An älterer Literatur über das Hindukusch-Innere in geologischer und geographischer Hinsicht existieren einzig die Berichte von K. Brückl und W. Ivens aus dem Jahre 1935 und die sehr zuverlässigen Arbeiten von Dietrich Hasse, einem Mitglied der Deutschen Hindukusch-Kundfahrt 1960. Wie Hasse berichtet, beging diese Gruppe ab dem Anjuman-Pass, auch nach Aussagen der Einheimischen, dieses Gebiet als erste Fremde, und so können wir mit grösster Sicherheit annehmen, als erste Europäer zusammen mit Professor Antonio Marussi aus Triest, Mitglied einer italienischen wissenschaftlichen Hindukusch-Expedition 1961, der zu gleicher Zeit wie wir in diesem Gebiet magnetische Messungen vornahm, das Munjan-Tal betreten zu haben. Dies wurde uns auch von Einheimischen bestätigt. Für die beigefügte Übersichtsskizze unseres Arbeitsgebietes wurden Luftaufnahmen Afghanistans, auf deren Basis in absehbarer Zeit zuverlässige afghanische Karten entstehen werden, als Grundlage verwendet. (Einzusehen in Kabul bei der Deutschen Geologischen Mission, Index Nr. 326).

Das Hindukusch-Gebirge, mit seiner grössten Ausdehnung im Königreich Afghanistan gelegen (Fläche: 650 000 qkm; Bevölkerung 12 Mill. ; Hauptstadt Kabul; als Pufferstaat zwischen den asiatischen Riesenreichen von hoher poli-

tischer Bedeutung) zieht vom Pamir-Gebirge nach Westen und bildet einen breiten Riegel zwischen den heissen Ebenen Indiens, der westturkestanischen Steppen und dem Iranischen Hochland. Das bis zu 6660 m hoch aufragende Gebirge (höchste Erhebung Koh-i-Bandakor, 1960 von der Deutschen Hindukusch-Kundfahrt erstiegen) hält die Sommerregen des indischen Monsuns von Afghanistan fern, empfängt jedoch dabei selbst noch soviel Niederschläge, dass Getreideanbau ohne allzu grossen Aufwand von Bewässerungsanlagen, wie sie im ganzen übrigen Afghanistan notwendig sind, möglich ist. Der Hindukusch bildet, bei innerasiatischem Binnenklima eine Klimascheide und wir konnten beobachten, dass über dem vorgelagerten östlich gelegenem Nuristan stets schwere Bewölkung herrschte, wovon nur ab und zu Störungsausläufer den andauernd wolkenlosen Himmel des Zentralhindukusch bedeckten. Die klimatische Schneegrenze im Zentral-Hindukusch liegt etwa bei 5100 m und es gibt zahlreiche Beweise dafür, dass das Gebirge früher viel stärker vergletschert war als jetzt und der Gletscherrückgang in zeitlicher Übereinstimmung mit unserer Eiszeit steht. Geologisch gesehen bilden, nach den neuesten Untersuchungen von Dietrich Hasse, die kalkführenden kristallinen Schiefer das gebirgsbildende Material des Hindukusch, was im wesentlichen Gegensatz zu früheren Ansichten steht, die den Hindukusch als reines Granitgebilde bezeichneten. Neben kristallinem Schiefer kommen Gneise, Hornblenden und Serpentine, kristalline Kalke und meist stark verwitterte Granite vor, was im Rahmen dieser Arbeit für die Beschaffenheit und Fruchtbarkeit des bebauten Bodens interessiert.

Bei den drei Haupttälern des Zentral-Hindukusch, Anjuman-, Munjan- und oberes Kokča-Tal, die das Arbeitsgebiet der Traunsteiner Hindukusch-Expedition darstellten, handelt es sich um tektonische Grabenbrüche, die von grossen Gletscherflüssen durchströmt werden, welche zum Zentralasiatischen abflusslosen Becken hin entwässern.

Steigt man, durch das schon öfters besuchte Pandjir-Tal kommend, über den Anjuman-Pass, 4225 m hoch, so sieht man in das Anjuman-Tal, das mit einer Länge von etwa 70 km nach Nordosten hin zieht. Ihre beiden Dörfer Anjuman (2980 m hoch) und Iskaser (2550 m) dürften etwa zusammen 400 Menschen beherbergen. Etwas unterhalb Iskaser vereinigt sich der Anjuman-Fluss, nachdem er mehrere kleinere Flüsse und Bäche, die ihm aus unbewohnten Seitentälern zuströmen, aufgenommen hat, auf 2500 m Höhe mit dem von Osten herkommenden, stark wasserführenden Munjan-Fluss. Zieht man diesen Fluss aufwärts, wird man in einem sanften Bogen in südöstliche Richtung gelenkt. Das breite Munjan-Tal, orographisch rechts von den höchsten Erhebungen des Hindukusch und links vom etwas niedrigerem Hindukusch-Hauptkamm einge-

rahmt, wanderten wir etwa 60 km flussaufwärts und fanden dabei zehn Dörfer. (Gesamteinwohnerzahl etwa 700). Nach Angaben der Einheimischen soll das Tal nach drei weiteren Siedlungen von einem Pass, der nach Nuristan führt, abgeschlossen werden. Der Kokča-Fluss, also die Vereinigung von Anjuman- und Munjan-Fluss, fliesst nach Norden hin ab und trifft nach etwa 140 km auf Jurm, dem ersten grossen Ort in der Nordprovinz Badakhschan. Von der Vereinigung bis etwa 70 km flussab stellt das obere Kokča-Tal mit insgesamt vier Siedlungen, darunter die Lapislazuli-Mine in Madan (Gesamteinwohnerzahl 300) für den Europäer Neuland dar. Somit ergeben sich als Arbeitsgebiet drei Flusstäler mit einer Gesamtlänge von etwa 200 km, die insgesamt 16 Dörfer mit etwa 1400 Menschen beherbergen. Diese Zahlenangaben stellen grobe Schätzungen dar. Die Seitentäler werden nur als Weidegründe während der Sommermonate besucht. Das höchste Dorf liegt auf 2980 m, das niedrigste auf 1840 m, die durchschnittliche Höhenlage der Dörfer beträgt 2623 m. Zugänge am Zentral-Hindukusch ergeben sich von Süden her durch das Pandjir-Tal über Anjuman-Pass, vom Norden durch das Kokča-Tal und vom Osten durch einen unbekannten Pass von Nuristan her. Die weiteren "Pässe", die man uns innerhalb unseres Arbeitsgebietes, besonders nach Nuristan hinüber führend, nannte, existieren unserem Urteilungsvermögen nach nicht in einem einzigen Fall als begehbare Gebirgsübergänge. Es handelt sich also beim Zentral-Hindukusch um ein ziemlich abgeschlossenes Gebiet. Von allen Leuten, die wir befragten, war noch niemand in Kabul, nur vereinzelte in Feizabad, der ersten grösseren Stadt im Norden. Lediglich Händler, die vor allem von Norden, aber auch von Nuristan in die Täler kommen, stellen eine lockere Verbindung mit der Aussenwelt dar. Beweise für Einflüsse von China her, etwa über die früher nördlich durch das Wakhan verlaufende Seidenstrasse eingedrungen, sind nirgends gegeben. Schon eher ist an einen gewissen Einfluss von Nuristan her zu denken. Nuristan liegt an der östlichen Abdachung des Hindukusch, durch hohe meist ungangbare Pässe vom Zentral-Hindukusch getrennt und die Herkunft der Bewohner Nuristans ist heute noch ungeklärt (Nachkommen der Soldaten Alexanders des Grossen?). Die geheimnis-volle Kultur des sehr hochstehenden Volkes, das als einziges asiatisches Volk ursprünglich Stühle gebraucht, ist heute weitgehend vernichtet. Im Munjan-Tal konnten wir Stühle und Ornamente, die auf Einflüsse von Nuristan hinweisen und Bekleidung, wie sie in Nuristan getragen wird, finden. Ob diese Dinge von den Bewohnern des Zentral-Hindukusch selbst verfertigt oder aus Nuristan herübergebracht wurden, konnten wir nicht herausfinden. Jedenfalls möchten wir annehmen, dass lediglich, wenn überhaupt von irgendeiner Seite her, am ehesten ein Einfluss von Nuristan her besteht. Diese Feststellung ist für die Eigenständigkeit der später behandelten Volksmedizin von Bedeutung.

TURKMENISTAN
USBEKISTAN
TADSCHIKISTAN
PAMIR
FAISABAD
HINDUKUSCH
TIBET
(CHINA)
MATMENE
HERAT
KABUL
PESCHAWAR
AFGANISTAN
FARAH
KANDAHAR
KASCHMIR
INDUS
EXPEDITIONS-
GEBIET
ZENTRAL HINDUKUSCH
HAIDERABAD
0 100 200 400 500 600 km
MASSTAB 1:15 000 000
RABAT
EXPEDITIONS-GEBIET
MADAN
KOH-I-BANDAKAN
6663
ÖSTLICHE KETTE
ROBAT
2620
PARWARA
SAHRAN
DARRA-i-SHARAN
6060
SARGONA
6150
SAKH-i-KABUD
RAZER
2600
DARRA-i-DEH ANDI
DEH-ANDI
5800
KOHAF AHMAD
BABA
ISKASER
2550
ZENTRAL-
KAMM
ANIUMAN
2910 m
NURISTAN

II. Die Bewohner des Zentral-Hindukusch in anthropologischer und ethnologischer Sicht

1. Die rassische Einordnung und die Sprache

Die Bewohner des oberen Kokča-Tales, des Munjan- und Anjuman-Tales sind Bergtadschiken und gehören somit dem europiden Rassenzweig an. Als körperliche Rassenmerkmale findet man bei dem Hauptteil der Bevölkerung eine dunkle Hautfarbe, dunkelbraune bis schwarze Haare und eine Rundkopfform (alpin-orientalid). Neben dieser rassischen Gruppe sieht man häufig auffallend hellhäutige, blonde blauäugige Menschen, die die anderen an Körpergrösse überragen. Ob dies Mischformen des hellhäutigen Typus, wie er in Nuristan lebt, darstellen, konnten wir nicht klären. Hesareh, also Nachkommen von mongolischen Soldaten und Siedlern der Timuridenzeit, wie man sie in Afghanistan, besonders im zentralen Hochland häufig sieht, und Mischformen davon, konnten wir im Zentral-Hindukusch nicht beobachten.

Das Erscheinungsbild der durch die abgeschlossene Gebirgslage ziemlich rein erhaltenen Rasse ist geprägt von feingliedrigem, schlankwüchsigem Körperbau; der Eindruck wird noch durch die allgemeine Unterernährung der Leute bestärkt. Die durchschnittliche Grösse beträgt etwa 165 cm.

Die charakterliche Wesensart zeigt im allgemeinen ehrliche und aufrichtige, nur in seltenen Fällen verschlagene, wie man sie demgegenüber in Afghanistan recht häufig finden kann, stolze und selbstbewusste Züge. Das Temperament ist ruhig und ausgeglichen, verschlossen, jedoch in Streitfällen, wie wir bei Verhandlungen wegen Treiber und Trägern öfters feststellen konnten, leicht erregbar, hitzig und aufbrausend.

Die allgemein gebräuchliche Sprache im Zentral-Hindukusch ist persisch, das, nach Aussagen unseres Dolmetschers, der in Kabul geboren ist, viel reiner und sauberer als in Kabul gesprochen wird. Im Munjan-Tal wird ausserdem noch "munjani" gesprochen, ein Gemisch aus Persisch, Paschto und eigenen Wortbildungen, die unser Dolmetscher nicht verstehen konnte; doch möchte ich diese Feststellung des Dolmetschers mit Vorsicht wiedergeben. Jede Form einer Schrift ist im Zentral-Hindukusch unbekannt.

2. Geistesverfassung und Religion

Nach dem Versuch einer kurzen anthropologischen Betrachtung der Bewohner des Zentral-Hindukusch, soll dies nun in ethnologischer Sicht geschehen. Es soll hier in groben Zügen auf die Kultur dieses Volkes eingegangen wer-

den, also auf die Gesamtheit der gruppenhaften Lebensäusserungen, was die äussere Lebensführung, die gesellschaftlichen Einrichtungen und die geistigen Schöpfungen betrifft.

Soweit einer laienhaften Betrachtungsweise möglich, soll zuerst die Geistesverfassung dieses Naturvolkes besprochen werden, also eines Volkes, das in Folge seiner noch mangelhaften Naturbeherrschung und Naturkenntnis von dieser stärker abhängig ist als ein Volk mit intensiver technischer und geistiger Meisterung der Naturkräfte und tieferer Einsicht in sie. Bei der Begegnung mit einem fremden Volk verfällt man leicht in den Fehler, dessen Denkungsart und Handlungsweise als "primitiv", in dem Sinne einer starken Einfachheit der Lebensäusserungen zu bezeichnen. Bei der Auseinandersetzung mit Dingen, welche die Leute aus dem Zentral-Hindukusch zum erstenmal beim Zusammentreffen mit unserer Expedition sahen, mögen ihre Reaktionen darauf oft einfältig erschienen sein, doch im Handeln und Denken in ihrem Alltag zeigen sie durchaus Logik und Kausalverbindung. Als bestes Beispiel dafür kann man den komplizierten Bau der Bewässerungsanlagen für die Felder anführen. Solch ein Bau setzt logische Planung und Ausführung und ein klares Erkennen der Zusammenhänge von Ursache und Wirkung (bewässertes Feld- besseres Wachstum) voraus. Ist jedoch der Zusammenhang von Ursache und Folge nicht deutlich ersichtlich, wie zum Beispiel beim Tod eines jungen Mannes ohne vorhergehende Krankheit, wie er uns geschildert wurde, so wird die gegebene Tatsache als von übernatürlichen Kräften oder Wesen verursacht bezeichnet. Unklare und unbekannte Zusammenhänge werden also durch ein "magisches" Denkverfahren gelöst. Nutzung und Beherrschung der Umwelt ergibt sich aus der gleichgearteten Reaktion bestimmt veranlagter Menschen und so kann man nicht von einer schwächeren Begabung eines Naturvolkes sprechen, wenn diese lediglich andersartig ist. Die Bewohner des Zentral-Hindukusch führen in ihren Dörfern ein von anderen Menschen sehr abgeschlossenes Leben, so dass Kenntnisse und Erfahrungen meist selbst erworben und, einmal als gut erwiesen, sorgfältig überliefert und bewahrt werden. Innerhalb der Bewohner des Zentral-Hindukusch findet man natürlich bezüglich Intelligenz und Temperament grosse Unterschiede, wie sie auch bei uns vorkommen. So finden wir Charakterzüge vom ehrlich, aufrichtigen, treuen Begleiter, die ganze Expedition hindurch, bis zum feindselig und verschlagenen Dieb. Selbstverständlich konnten wir auch die Erfahrung machen, dass einige unserer Begleiter sehr schnell für sie ungewohnte und unbekannte Tätigkeiten, die wir ihnen erklärten, erlernten und gut ausführten, während andere wiederum sich als völlig dafür ungeeignet erwiesen.

Die Bewohner des Zentral-Hindukusch gehören dem islamischen Glauben an, doch Kenntnis und Befolgung der Vorschriften des Koran konnten wir während unseres Aufenthaltes selten und nur mangelhaft beobachten. Lediglich in zwei Dörfern sahen wir "Gebetshäuser" und es scheint keine Verbindung in religiöser Hinsicht mit Leuten ausserhalb der Zentraltäler des Hindukusch zu bestehen. Von den fünf Hauptpflichten, die der Islam seinen Anhängern vorschreibt, nämlich Glaubensbekenntnis ("es gibt keinen Gott ausser Allah und Mohammed ist der Gesandte Gottes"), täglich fünfmaliges Gebet in ritueller Reinheit, also vorheriges Waschen, ganztägiges Fasten im Monat Ramadan, Almosen, Wallfahrt nach Mekka einmal im Leben, konnte uns niemand auch nur drei nennen. Diese mangelnde religiöse Kenntnis könnte ein fruchtbarer Boden für die Magie und Zauberei sein, die als Ersatz dienen könnten. Jedoch ist das Eindringen in diesen Bereich des menschlichen Zusammenlebens eines Volkes überaus schwierig, ja, wenn es ohne Kenntnis der Sprache also über einen Dolmetscher geschehen soll, fast unmöglich und aussichtslos. So standen wir auch magischen Handlungen, wie wir sie vor allem bei Heilversuchen an Menschen und Tieren sahen, verständnislos gegenüber und Erklärungen darüber zu erhalten, ist bei der Verschlossenheit der Leute, die sich gerade in diesen Dingen äussert, nicht möglich. Die magischen Handlungen, ausgeführt von Männern, die auch sonst auf Grund ihrer Intelligenz und besonderer Fähigkeiten eine führende Rolle im Dorfe spielten, bestanden in Rezitation von Worten, Formeln, Gesängen und rhythmischen Bewegungen. Dabei tragen die Männer manchmal Felle von Schneeleoparden und Steinböcken und gebrauchten bei ihrerer Tätigkeit Amulette, Steine und getrocknete Tatzen von Schneeleoparden. Doch diese rituellen Praktiken, angewandt zur Erreichung eines bestimmten Zieles, sind zu trennen von einer echten religiösen Einstellung, die einen Glauben an transzendente Wesen und Mächte, von denen der Mensch abhängig ist, voraussetzt und deren kultische Verehrung zur Folge hat. Doch kultische Handlungen waren nur sehr selten zu beobachten.

3. Die künstlerischen Leistungen (Dichtung, Musik, bildende Kunst)

Wenn unsere Karawane beim Marsch durch die Täler des Hindukusch am Abend Rast machte, versammelten sich, nachdem die wichtigsten Arbeiten wie Versorgung der Pferde, kleine Ausbesserungsarbeiten an den Traggestellen usw. getan waren, unsere Leute mit den Dorfbewohnern auf dem Dorfplatz. Um ein Lagerfeuer sitzend, wurden zuerst meist Neuigkeiten des dörflichen Lebens ausgetauscht, doch schon nach kurzer Zeit verstummte die Menge (es hatten sich manchmal an die hundert Männer versammelt) und lauschte der Erzählung

eines Mannes, der darin besonders geschickt schien. Während der Erzähler in monotonem Ton seine meist recht lange Geschichte vortrug, äusserten sich die Zuhörer zuweilen mit Beifall oder Empörung, die übrige Zeit sassen sie still und andächtig hörend da. Wie unser Dolmetscher erläuterte, handelten die Erzählungen meist von früheren besonderen Ereignissen und Unglücken wie Zerstörung von Dörfern durch Lawinen, besonders harten Wintern, besonderen Vorkommnissen bei einem Brückenbau usw., also von Ereignissen, die aufgrund ihrer Einmaligkeit und Besonderheit in Erinnerung blieben, von Generation zu Generation weitererzählt und dabei immer mehr ausgeschmückt werden. Wieder andere wussten Märchen und Fabeln zu erzählen, die meist Begegnungen von Menschen mit Tieren oder von Tieren untereinander, ausgemalt mit Metaphern und Vergleichen beinhalteten wie das Märchen von dem verletzten Steinbock, der von einem Schneeleoparden angetroffen, von diesem aber nicht angefallen, sondern gepflegt wird. Überhaupt spielt der Schneeleopard in den Erzählungen eine grosse Rolle. Zwischen diesen langen, reichausgeschmückten Erzählungen, wurden kleine lustige Episoden, vielleicht auch "Witze", die mit lautem Lachen quittiert wurden, Sprichwörter und Rätsel gestreut. Zusammenfassend kann man sagen, dass es für einen Laien, noch dazu bei der Unkenntnis der Sprache und bei der wenigen Zeit, die er dafür zur Verfügung hat, überaus schwierig ist, echte primitive Dichtung von blossen Nacherzählungen und Geschichten, die auch beim Volke ohne Bestand und Wert bleiben, zu trennen. Man kann jedoch festhalten, dass auf magischem wie profanen Gebiet bei den Bewohnern des Zentral-Hindukusch zahlreiche Formeln, Sprichwörter, Rätsel, Fabeln und Märchen bekannt sind, die einen bleibenden Schatz des Volkes darstellen, der von Generation zu Generation überliefert und bewahrt wird.

Während der Tagemärsche, besonders aber abends am Lagerfeuer, hörten wir die Leute häufig singen und musizieren. Auffallend war, dass das Musizieren nie als Begleitung für den Gesang diente, sondern entweder für sich allein oder für Tänze oder rhythmische Bewegungen geschah. Als Musikinstrumente fanden wir im Zentral-Hindukusch als Idiophone einfache Gegenschlagstäbe, also Holzstäbe, die entweder auf Steine oder Holzstücke geschlagen werden. Als Aerophone sind einfache Grifflochflöten und Querflöten aus Holz in Gebrauch, als Membranophone benützen sie Ton- oder Eisentöpfe, über die ein Fell gespannt wird und die mit den Händen geschlagen werden. Ein kleiner aus Holz geschnitzter Klangkörper mit einem langen Handgriff, über dem als Saiten meist vier Tiersehnen gespannt sind, stellt ein lautenähnliches Instrument dar, das man zu den Chordophonen zählen kann. Diese Instrumente bieten natürlich keine allzu grossen Möglichkeiten, doch sie werden teilweise sehr geschickt gehandhabt und so ergibt sich durch Zusammenspiel mehrerer Instrumente eine fast geord-

net klingende Polyphonie, mit streng durchgeführtem Rhythmus der einzelnen Instrumente. Gesungen, musiziert und getanzt wird mit grossem Eifer und Hingabe, die manchmal schon fast an Ekstase grenzen. Neben spontaner Melodieerfindung scheint es auch bekannte überlieferte Melodien zu geben. Der melodische Fluss, oft auf einer für uns unnatürlich anmutenden hohen Tonhöhe, ist meist stereotyp eintönig und getragen, manchmal unterbrochen durch Schreie und unartikulierte Laute der Beteiligten, der Rhythmus stampfend und mitreissend. Die Melodie besteht aus einem Motiv oder Thema, das gleichbleibend oder variiert dauernd wiederholt wird.

Es fällt schwer, die einfachen Häuser, wie wir sie im Zentral-Hindukusch finden, als Architektur im Sinne der Kunstgeschichte anzuerkennen, jedoch soll man sich dabei mehr von einer Schätzung des praktischen und technischen Wertes als von einer ästhetischen Würdigung leiten lassen. Die hölzernen Türumrahmungen, wenn überhaupt vorhanden, sind häufig in Reliefform oder zierlich in unterbrochene kleine Säulchen oder Stäbchen aufgegliedert geschnitzt. Besonders eindrucksvoll waren in dieser Hinsicht die Reliefs in Holz am Gebetshaus in Sahran, die jedoch stark auf Einflüsse von Nuristan hinwiesen. Plastische Darstellungen von Menschen und Tieren, wie man sie in Nuristan häufig antrifft, konnten wir im Zentral-Hindukusch nirgends finden, jedoch als eine Form angewandter Skulptur sind Möbelschnitzereien an Stühlen und Wiegen nicht selten. In die frische Mischung von Lehm und Kuhmist, mit der die Häuser auf der Aussenseite beworfen werden, sieht man manchmal für uns unerklärliche Muster und Darstellungen von Bäumen und dergleichen mit spitzen Steinen eingeritzt. In diese Ritzen werden in noch frischem Zustand dunkle Lehm- oder Erdfarben eingestrichen, die sofort eine Verbindung mit dem Untergrund eingehen und so verhältnismässig lang halten. Plastische Ornamentierung von hölzernen Gebrauchsgegenständen wie Esslöffel, Schöpflöffel und dergleichen mit Reliefs, graphische Ornamentierung in Form von eingeritzten Dekorationen oder Zeichnungen in Tonwaren findet man häufig. Beides geschieht zur Schmükkung der Gegenstände. Es ist zu bemerken, dass die geschilderten skulpturhaften Darstellungen, die Architekturplastiken, die Zeichnungen und die Ornamentik, wie man sie im Zentral-Hindukusch antrifft, in ihrer einfachen dekorativen Form einen starken Eindruck auf uns als Europäer hervorzurufen vermochte.

4. Gesellungsleben - rechtliche Verhältnisse

Im Zentral-Hindukusch trifft man nur sehr selten Polygamie an, obgleich durch den Islam dem Mann die Verbindung mit 4 Frauen erlaubt wird. Doch die übliche Bevorzugung der Monogamie als eine dauernde Form eines arbeitsteiligen Zusammenlebens zweier Geschlechtspartner, die von der dörflichen

Gemeinschaft anerkannt wird, hat wohl eine finanzielle Ursache, denn der Kauf eines Mädchens erfordert ziemlich Kapital. So gilt im Munjan-Tal als durchschnittlicher Preis für eine Frau: 40kg Fett, 40 kg Reis, 400 m einfacher Stoff, 12 - 15 Schafe, was etwa den Wert von etwa 600 - 800 DM darstellt. Diese hohe Summe hat zur Folge, dass manche Männer erst sehr spät sich eine Frau leisten können. Eine eheliche Verbindung kommt nach meist langen Verhandlungen mit den Eltern des Mädchens, bei denen um den Preis gefeilscht wird, durch eine mündliche Abmachung zustande. Heiraten werden innerhalb einer Dorfgemeinschaft oder auch mit Angehörigen anderer Siedlungen in den Zentraltälern eingegangen. Als heiratsfähig gelten Mädchen ab 16 Jahren. Gebiert die Frau keine Kinder oder ist sie arbeitsfaul, sie muss nämlich für die ganze Arbeit im Haus und weitgehend in der Landwirtschaft aufkommen, so kann sie der Mann zu ihrer Familie zurückschicken, wobei er einen Teil des Kaufpreises wieder erhält. Als weiterer Grund für eine Ehescheidung gilt der Ehebruch durch die Untreue der Frau, doch ist bei diesem Vergehen auch eine Aussöhnung möglich. Die Frau, die für die Familie die wichtigste Arbeitskraft, man möchte fast sagen, die Ernährerin der Familie ist, hat zwar innerhalb der Dorfgemeinschaft keine Rechte, gilt jedoch in der Familie als gleichberechtigtes Mitglied. Es werden zwar viele Kinder gezeugt, doch wegen der sehr hohen Säuglings- und Kindersterblichkeit sind Familien mit drei oder mehr Kindern eine grosse Seltenheit. Auskünfte über die sexuellen Verhältnisse der Leute zu erhalten, ist aussichtslos; lediglich einige Mittel gegen männliche Impotenz (Wurzelknolle einer dort vorkommenden Orchisart; rohe Eier und rohe Zwiebel verzehren; Schafhoden, die durch magische Handlungen "präpariert" sind, essen) und gegen weibliche Unfruchtbarkeit (Cohabitation während oder kurz nach der Menstruation; Tragen von Silberarmreifen; reichlicher Genuss von Milch) waren herauszufinden. Eine beherrschende Rolle innerhalb der Familie spielen die Kinder; wir konnten nie erleben, dass Kinder obwohl natürlich auch frech und vorwitzig gegenüber Unbekanntem, geschlagen oder auch nur scharf gemassregelt wurden und wenn Eltern ihre kranken Kinder zu uns brachten, konnten wir aus ihrer Besorgnis ihre überaus grosse Fürsorge und Liebe deutlich erkennen. Die Söhne bleiben meist, wenn sie erwachsen sind, im Dorf ihrer Väter, bauen sich selbst eine Hütte und erben als Erstgeborene beim Tod des Vaters Vieh, Hausrat und Grund. Lebt die Mutter zu diesem Zeitpunkt noch, so wird sie in das Haus des Sohnes aufgenommen.

Mehrere Familien treten zu einer Siedlungsgemeinschaft zusammen und leben gemeinsam in einem Dorf. Innerhalb der weitgehend abgeschlossenen Täler des Zentral-Hindukusch bilden die Familien aufgrund ihrer gemeinsamen Abstammung und Sprache und aufgrund ihrer sehr ähnlichen oder gemeinsamen

Einrichtungen und Sitten einen Stamm, dessen Art aus der Wechselbeziehung zwischen der Menschengruppe, der Natur und der Lebensführung sich ergibt. In der dörflichen Gemeinschaft wird durch direkte Abstimmung unter den Männern der zum "Bürgermeister" bestimmt, der aufgrund von Intelligenz und Geschicklichkeit besonders dazu geeignet erscheint; jedoch führt jede Familie ein ziemlich selbständiges Leben, so dass diese Stellung mit nicht allzu grosser Macht verbunden ist. Für die Wahl spielt auch die soziale Lage (Grund- und Viehbesitz, Frauen) eine entscheidende Rolle. Eine etwas unklare Rolle spielt im Munjan-Tal der ŠAh-i-Munjan, was soviel wie König des Munjan-Tales bedeutet. Dieser Titel, den zur Zeit ein alter, im Dorf Keran lebender Mann trägt, scheint nichts mit politischer Macht zu tun zu haben, sondern ist wohl auf den beträchtlichen Grundbesitz begründet.

Politisch gesehen gehören die Täler des Zentral-Hindukusch zur Provinz Badakhschan im Norden Afghanistan, die von einem "Gouverneur" mit Sitz in Feizabad verwaltet wird. Der "Hakim" von Jurm, etwa ein Untergouverneur, schickt gelegentlich Beamte in die Täler, die jedoch nicht weit vordringen. So kann man sagen, dass die Leute in den Dörfern im Zentral-Hindukusch ein von staatlicher Gewalt unabhängiges Leben führen. Die fehlende staatliche Überwachung wird durch ungeschriebene, mündlich überlieferte Lebensordnungen und Gesetze ersetzt, die ein geregeltes Zusammenleben innerhalb des Dorfes und des ganzen Stammes gewährleisten. Bestrafung von Dieben und Totschlägern, die hauptsächlichen, aber doch sehr seltenen Delikte, werden durch Beschluss des Dorfes mit teilweisem oder völligem Entzug von Besitz oder durch Ausschluss aus der Dorfgemeinschaft bestraft. An diesem "Rat" dürfen Männer ungefähr ab 15 - 17 Jahren (Pubertätszeichen massgebend?!) teilnehmen.

5. Die Wirtschaft

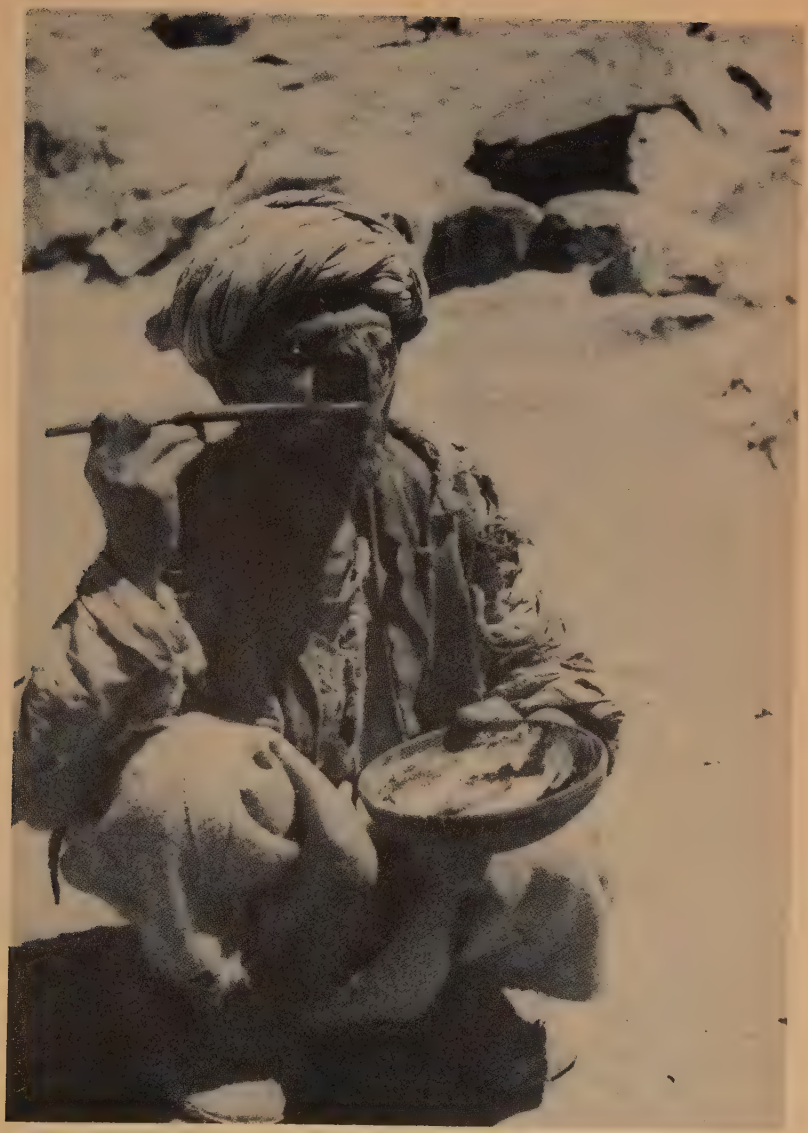
Die Wirtschaft eines Naturvolkes ist weitgehend an die Umwelt gebunden und da ihm nur geringe technische Mittel zur Verfügung stehen, hat es wenig Möglichkeit, die umgebende Natur umzugestalten. Lebt ein Volk in einem sehr abgeschlossenen Gebiet, wie es bei den Bewohnern des Zentral-Hindukusch als Gebirgsvolk der Fall ist, so ist seine Wirtschaft hauptsächlich auf die Kenntnis und optimale Ausnützung des Gebotenen angewiesen und grösste Anpassung an die Umwelt macht das Leben möglich und erträglich. Die Technik eines Naturvolkes, die es zum Bau des Obdaches, zur Beschaffung der Nahrungsmittel und Kleidung und zum Bau von Wegen und Brücken und dergleichen anwendet, ist von weit niedrigerer Produktivität als die unsrige, ebenso ist die Arbeitsweise weniger rationell und so müssen diese Hindernisse durch grossen Aufwand von Zeit und Mühe wettgemacht werden, um zu einem Erfolg zu führen. Zudem erlaubt die Kleinheit der Wirtschaftseinheit, im Zentral-Hindukusch

das Dorf und im weiteren Sinne alle Siedlungen der Täler zusammen, nur eine geringe handwerkliche Spezialisierung und nur wenig Austausch von Ideen und Gütern; ausserdem wirkt sich das Festhalten an altem, überliefertem Gut oft hemmend aus. Die Wirtschaft der Bewohner des Zentral-Hindukusch ist weitgehend autark, nur geringe Mengen von Nahrungsmittel wie Reis, Tee, Salz und einige Werkzeuge wie Beile, Schaufeln, Sägen und eventuell Waffen und Messer werden durch Händler in die Täler gebracht und gegen eigene Produkte eingetauscht.

Arbeitsteilung besteht in den Tälern des Hindukusch innerhalb der Familie, des Dorfes und der gesamten Täler. Während der Frau die Arbeiten im Haus und weitgehend auf dem Felde (Essenbeschaffung und -zubereitung; Sammeln von Früchten; Feldarbeit, ausser der Bodenvorbereitung durch Pflüge, die aus Baumgabeln oder zusammengesetzten Holzstämmen bestehen und mit Holzhacken; Pflege des Kleinviehes, Melken) oft mit Unterstützung der Kinder zukommt, ist der Mann für den Bau der Wohn-, Vieh- und Speicherhäuser, das Grossvieh, das Herstellen von Hausgeräten wie Essnäpfen, Krügen und dergleichen und eventuell für die Jagd und den Fischfang verantwortlich. Daraus ergibt sich, dass die Frauen im Zentral-Hindukusch weitmehr arbeitsmässig belastet sind als die Männer und ein Mann, der sich mehr Frauen leisten kann, dementsprechend mehr Grund und Boden bewirtschaftet. Als Arbeitsteilung innerhalb des Dorfes und der Täler kann man es bezeichnen, dass auf Grund von besonderer Geschicklichkeit und Begabung einige Männer mehr auf Jagd und Fischfang gehen, andere sich auf die Herstellung von Krügen und Schnitzereien besser verstehen und so diese Arbeiten für andere verrichten bzw. anderen dabei helfen und dafür bezahlt werden. Bei Frauen kommt dies bei der Anfertigung von Kleidungsstücken und Schuhen in Betracht. Jedoch möchte ich dies noch nicht als Handwerk in dem Sinne, dass der Betreffende durch diese Arbeit den grössten Teil seines Lebensunterhaltes verdient, bezeichnen. Am ehesten ist an einen solchen Stand bei den Viehhütern zu denken, welche die Sommermonate über mit dem Jungvieh und den Schafen des Dorfes auf die Weidegründe der Seitentäler ziehen und dafür bezahlt werden. Als Zahlungsmittel gelten Naturalien und das in Afghanistan im Umlauf befindliche Geld. In Gemeinschaftsarbeit innerhalb eines Dorfes werden die Bewässerungsanlagen für die Felder und, wenn vorhanden Gebetshäuser, innerhalb eines Tales Wege für den Pferdelastverkehr und Brücken gebaut.

Haus im Munjan-Tal

Dekorative Malerei an der Aussenmauer und geschnitzter Türrahmen (S. 18); Bemerkenswerte Leiter und die verzierte Wiege; die unverschleierten Frauen tragen weite Kopftücher (S. 30); im Hintergrund Strohhaufen und abgeerntete, durch Steinwälle begrenzte Getreidefelder.



Mann im Munjan-Tal

Typische von Nuristan beeinflusste Kleidung (S. 30); verzehrt "Most" aus geschnitztem Holznapf; hölzerner selbstgefertigter Esslöffel (S. 29).

Junge im Munjan-Tal

Auffallend hellhäutiger Typ (S. 14); trägt reich bestickte Kappe, selbstgefertigte Schnabelschuhe und einen eingeführten Tuchmantel (S.30).

III. Allgemeine Hygiene

Im folgenden soll eine medizinische Topographie und hygienische Ortsbeschreibung des Zentral-Hindukusch gebracht werden. Gegenstand der Beobachtungen in dieser Hinsicht sind Umwelt, Siedlung, Wohnung, Ernährung, Wasser und die Lebensführung des Einzelmenschen wie des gesamten Volkes, soweit noch nicht unter dem ethnologischen Abschnitt behandelt. So ergibt sich die Aufgabe der Hygiene, den Menschen eine lebensaufbauende, lebenserhaltende und lebensfördernde Lebenslage zu sichern.

1. Die Umwelt

Luft und Boden, Klima und Wetter bilden den Rahmen, innerhalb dessen eine medizinische Topographie die Umwelt der Menschen und ihren Einfluss auf deren Lebensverhältnisse darzustellen hat, im folgenden für das Gebiet des Zentral-Hindukusch.

Die Bedeutung von Luft und Boden, also der Ortslage als Umweltfaktoren und ihrem Einfluss auf Leben und Gesundheit des Menschen, wurde bereits in der Antike gekannt und gewürdigt (Hippokrates). Ebenso bestimmend für Leben und Gesundheit des Menschen sind die Einflüsse des Klimas und des Wetters, denen der Mensch unterworfen ist, ohne sie beeinflussen zu können.

Im Zentral-Hindukusch herrscht von Anfang Mai bis Anfang Oktober eine ausgesprochene Hochwetterlage mit Tagestemperaturen von durchschnittlich 15 - 20 Grad C und Nachttemperaturen von 3 - 7 Grad C bei sehr niedriger relativer Luftfeuchtigkeit von 20 % (Werte von der Deutschen Hindukusch-Kundfahrt 1960). Tagsüber herrscht ein warmer Talwind, der regelmässig zwei Stunden vor Sonnenuntergang von einem kalten Bergwind, der auch nachts anhält, abgelöst wird; die täglichen Luftdruckschwankungen betragen etwa 3 Torr (Wert von der Deutschen Hindukusch-Kundfahrt). Regenfälle stellen in dieser Schönwetterperiode eine grosse Seltenheit dar. Von Dezember bis April ist Winter, mit nicht allzu starken Schneefällen, bei empfindlicher Kälte. Die kurzen Übergangszeiten sind regenreich. Die durchschnittliche Höhe der Täler, die beiderseits von teilweise vergletscherten Bergriesen bis zu 6700 m Höhe begrenzt werden, beträgt 2300 - 2600 m. Die Täler werden von Gletscherflüssen durchströmt und weisen meist spärliche Gebirgsvegetation auf, die nur unmittelbar an den Ufern üppiger ist. Die Gebirgshänge sind meist kahl. Der Boden setzt sich aus Elementen von kalkführendem kristallinem Schiefer und Urgestein zusammen, ist humusarm und Landwirtschaft ist vor allem mit Hilfe künstlicher Bewässerung möglich.

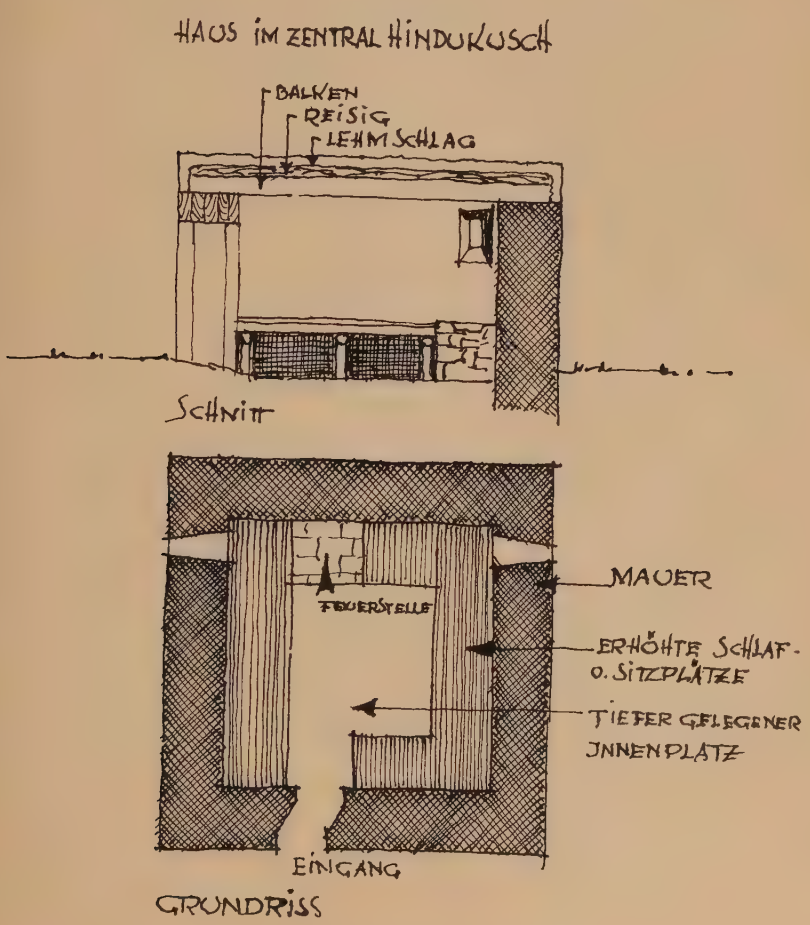
So ergibt sich aus den Wetterelementen wie Luftdruck, Luftfeuchtigkeit, Temperatur und Luftbewegung, aus den Klimaelementen wie Höhenlage, Beschaffenheit der Erdoberfläche, Bodenart, Wassergehalt und Pflanzenwuchs und aus der Ortslage, dass im Zentralhindukusch harte, gerade noch dem Lebensminimum entsprechende Lebensbedinungen herrschen.

2. Siedlung, Haus, Wohnung

Die Platzwahl für das Anlegen einer Siedlung in einem engen Gebirgstal ist vornehmlich bestimmt von dem Gesichtspunkt des Schutzes vor Lawinen und Steinschlag. So findet man die Dörfer im Zentral-Hindukusch hauptsächlich an den Verbindungspunkten der seitlich in die Haupttäler einmündenden Nebentäler gelegen, also in Landschaften, die eine wesentliche Erweiterung des Haupttales darstellen, sicher entfernt von steil abfallenden, Lawinen und Steinschlag gefährdeten Berghängen und in gebührender Entfernung vom Gletscherfluss, dessen Wasserstand tages- und jahreszeitlich grossen Schwankungen unterliegt. Die Anlage eines Dorfes zeigt kein einheitliches, vorgeplantes Bild, die Hütten liegen wirr zerstreut, bewohnte und zerfallene wechseln einander ab. Zwischen den Häusern stehen häufig schattenspendende Aprikosen- oder Maulbeerbäume. Kleine Dorfplätze für Versammlungen und dergleichen sind fast überall anzutreffen. Als Bausteine werden ausgesuchte Natursteine, die aufeinandergeschichtet werden, und als Verbindungsmaterial eine wässerige Mischung aus Lehm oder Erde mit Kuhmist verwendet. Die Häuser sind meist quadratisch angelegt und etwas in den Boden hineingebaut. Die Aussenmauern aus Natursteinen erreichen oft eine Dicke von 1 m. und umschliessen einen Innenraum von durchschnittlich 15 - 20 qm. Durch einen engen und niedrigen Eingang, der mit einer Decke verhängt ist, gelangt man in einen Raum mit einem zentralen Innenplatz, um den sich ringsum in einer Höhe von etwa 1 m die Schlaf- und Sitzplätze an den Wänden gruppieren, die aus Holzstämmen bestehen und mit Decken und Fellen belegt sind. Der Raum hat eine Feuerstelle und der Fussboden besteht aus gestampftem Lehm. Zur Lüftung und Beleuchtung befinden sich in den Wänden einzelne kleine Lucken. Über die Feuerstelle werden Stangen gelegt, auf die sich die Bewohner in kalten Tagen zur optimalen Ausnützung des wärmenden Feuers setzen. Der Raum, in dem sich als Hausrat lediglich Decken, Felle und Kochgeschirr, nie aber Hausschmuck befindet, dient allen Familienmitgliedern als Wohn- und Schlafraum. Zur Unterbringung von Lebensmitteln, Geräten und Haustieren dienen gesonderte Häuser. Hunde, Schafe und Hühner werden im Winter manchmal mit in den Wohnraum genommen. Als Brennmaterial verwenden sie getrockneten Kuhmist, als Beleuchtungsmaterial findet Hammeltalg mit einem Docht in kleinen Schalen Verwendung.

Die Häuser sind niedrig und tragen flache Dächer, die aus Holzstämmen, dick mit Reisig und Lehm abgedichtet bestehen. Die Dächer werden als Trocknungsplätze für Mais, Getreide und Aprikosen verwendet und sind der beliebte Aufenthaltsplatz für die ganze Familie. Der Forderung nach Lüftung, Heizung und Beleuchtung, die beim Bau eines Hauses gestellt werden soll, können die Bewohner des Zentral-Hindukusch in ihrer primitiven Bauweise nur in mangelndem Masse genügen.

Die Fäkalien werden an bestimmten Plätzen vor dem Dorf oder in verfallenen Hütten mitten im Dorf abgesetzt.



Häuser im Munjan-Tal in typischer Bauweise (siehe Seite 26...); der zweite Mann von links zeigt die von Nuristan beeinflusste Kleidung (S. 30); die Schuhe sind für den Zentral-Hindukusch charakteristisch.

3. Ernährung und Wasser

Die Ernährung ist bestimmt durch Nahrungsmittel, welche die Bewohner des Zentral-Hindukusch als Bauernvolk selbst produzieren. Lediglich Salz, Tee, Reis und Zucker werden von Händlern in die Gebirgstäler gebracht. Gerste, Hafer und in tiefer gelegenen Dörfern Mais werden auf kleinen Feldern angebaut, mit der Sichel gemäht, mit Handdreschflegel gedroschen, und von den Frauen in primitiver Weise mit Steinen zermahlen. Das Mehl dieser drei Getreidearten wird entweder vermischt oder auch einzeln mit Wasser vermengt und auf heissen Steinplatten zu dünnen flachen Fladenbroten ("Schapati") gebacken. Diese Fladen stellen die Hauptnahrung der Bergbewohner dar. Erbsen und Bohnen, die viel angebaut werden, werden getrocknet, zerstossen und mit Wasser vermengt als Gemüse verzehrt. Reis, der in die Täler gebracht werden muss, wird mit Hammelfett gekocht und gilt als Delikatesse. Als weitere pflanzliche Nahrungsmittel werden Aprikosen und Maulbeeren meist in getrocknetem Zustand, Zwiebel und als Sammelfrüchte Haselnüsse, Hagebutten, Heidel-, Erd- und Sauerdornbeeren gegessen. Wilder Honig, zwar sehr selten, ist äusserst beliebt. Die Sanddornfrüchte halten sie unerklärlicher Weise für giftig. Unter den tierischen Nahrungsmittelspendern spielen die Kuh und das Schaf die führende Rolle. Kuh- und Schafmilch wird häufig gemischt, selten im rohen Zustand, meist als "Most" (=saure Milch) genossen. Aus Quark wird der beliebte Sauermilchkäse gewonnen, indem der Quark stark gekocht, die Masse von der Flüssigkeit ausgeknetet, in apfelgrosse Stücke geformt und getrocknet wird. Der Käse wird an der Sonne steinhart und eignet sich so gut zur Lagerung; vor dem Genuss wird er mit Wasser weich gemacht. Eine Butterherstellung ist unbekannt, jedoch wird Rahm durch Stehenlassen der Milch gewonnen und auf die Fladen gestrichen. Neben der Milch spielen die Hühnereier eine grosse Rolle in der Ernährung; sie werden entweder roh oder in gebratenem Zustand verzehrt; das Kochen der Eier ist unbekannt. Hammel- und Schaffleisch wird am offenen Feuer gebraten oder durch Trocknen konserviert: das Fleisch wird mit Salz eingerieben, in feine Streifen geschnitten und im Schatten getrocknet. Ebenso wird mit Rindfleisch verfahren, das aber meist zäh ist, weil die Tiere erst im Alter geschlachtet werden. Schafe und Kühe werden durch einen Schlag auf die Stirne betäubt und dann gestochen. Räuchern ist unbekannt. Pferdefleisch wird nicht verzehrt, lediglich das Fett zu Heilzwecken verwendet und das Fell zu Leder verarbeitet. Als Fett wird vornehmlich Schaf- bzw. Hammelfett, das talgig schmeckt, verwendet. Eine angenehme Bereicherung des recht eintönigen Speisezettels sind ein erlegtes Stück Wild, wie Steinbock, Schneehuhn oder Fische. Die Hühner werden gekocht und mit Reis gegessen (Nationalspeise!). Gegessen wird aus geschnitzten Holznäpfen mit den Fingern.

Wie angeführt, stellen die Gerste-, Hafer-, Maisfladen und die Milch die Hauptnahrungsmittel dar, während Fleisch und Gemüse als Zusatznahrung dien

Als Trinkwasser wird fast ausschliesslich das an Mineralien arme Gletscherwasser verwendet, da Quellen sehr selten sind. Das Hauptgetränk ist der schwarze Tee, sehr stark und heiss getrunken. Alkohol und Rauchen sind unbekannt, dagegen wird eine uns unbekannte Grassorte in frischem Zustand gekaut und getrocknet geschnupft.

4. Bekleidung

Die Anforderungen, die man an eine zweckmässige Bekleidung stellt, sind einerseits möglichste Einengung der Entwärmung zur Erzielung eines guten Wärmeschutzes, andererseits die Notwendigkeit, die Verdunstung und damit die Wärmeabgabe des Körpers zur Erhaltung seines Wärmehaushaltes nicht zu verhindern. So ist die wichtigste Eigenschaft einer Kleidung der Gehalt an Luft, der als schlechter Wärmeleiter die doppelte Aufgabe erfüllt, nämlich bei kühlen Aussentemperaturen das Abfliessen der Wärme zu verhindern, sie nahe dem Körper zu speichern, also Kälteschutz zu verleihen, hingegen bei Hitze die Wärme der Haut fernzuhalten. Dies erfüllt in gutem Masse die Kleidung der arabischen Völker, der Burnus, der in leicht abgewandelter Form auch im Zentral-Hindukusch getragen wird (Moslems!). Als Oberkleidung werden mehrere weite Hemden, meist aus hellem Tuch getragen, von denen das äussere bis an die Knie reicht und um die Hüfte mit einem Gürtel geschnürt wird. Darunter tragen sie weite lange Hosen aus dem gleichen Baumwollstoff. Über diese beiden Kleidungsstücke, die sozusagen die Grundkleidung darstellen, hängen sie sich alle möglichen Tücher und Felle oder alte von Händlern erstandene Kleidungsstücke wie Jackets und Mäntel. Unterwäsche ist völlig unbekannt, was sich besonders bei Kindern sehr gesundheitsschädigend auswirkt ("Blasenentzündungen"). Auf dem kahlgeschorenen Haupt tragen die Männer eine reich bestickte kleine Kappe, um die sie in kunstvoller Weise einen Turban winden. Die Bekleidung der Frauen ist ähnlich; sie tragen ein weites Kopftuch, das sie bei Annäherung von Fremden über das Gesicht ziehen können, jedoch wird die Verschleierung der Frau im Zentral-Hindukusch bei weitem nicht so streng gehandhabt wie im übrigen Afghanistan. Als Schuhwerk tragen sie selbstgefertigte, bis 15 cm unter die Knie reichende Stiefel aus weichem Pferde- oder Schafleder, die ohne feste Sohle sind und mit bunt bestickten Gamaschen an die Waden gebunden werden. Der Stolz jedes Hundukuschbewohners sind weite fein bestickte Tuchmäntel, die sie auch als Schlafdecken benützen.

Neben dieser rein mohammedanischen Kleidung findet man vor allem im Munjan-Tal unter dem Einfluss von Nuristan lange bis unter die Achsel reichende Hosen aus selbst gewalktem Schafwollstoff und eine Joppe aus dem gleichen Material. Dazu wird die typische hellbraune Nuristanmütze ebenfalls aus dickem Schafwollstoff getragen, die in der Form der bei uns bekannten Baskenmütze ähnelt.

5. Körperpflege

Die Bewohner des Zentral-Hindukusch sind als Mohammedaner an folgende, hier im wesentlichen wiedergegebene Vorschriften des Koran in Bezug auf Körperpflege gebunden:

a) Täglich in der Frühe vor dem Beten dreimalige Waschung der Hände bis zur Ellenbeuge.

b) Täglich in der Frühe vor dem Beten dreimalige Waschung des Gesichtes, dazu Gurgeln, Putzen der Zähne und Waschen der Ohren.

c) Täglich einmal in der Frühe die Füsse waschen.
d) Täglich in der Frühe den Schritt waschen.
e) Nach grosser Verschmutzung und Defäktion vor dem Beten Waschung wie oben.
f) Einmal in der Woche ein Vollbad.
g) Nach Verkehr mit einer Frau muss ein Vollbad genommen werden.

Doch Vorschriften sind da, um nicht eingehalten zu werden... Füsse und Hände der Leute sind meist mit einer zentimeterdicken Schmutzschicht bedeckt und der Körpergeruch infolge mangelnder Hygiene ist oft ungeheuer. Seife ist unbekannt und so wird nur mit feinem Flusssand gewaschen. Die Zähne werden geputzt, indem man mit dem angefeuchteten Mittelfinger rasch über die Zähne reibt. Die Männer scheren sich meist die Kopfhaare; das Tragen eines Bartes ist fast allgemein üblich.

6. Bestattung

Ob die Angst vor der Wiederkehr des Toten bestimmt, wie mit seiner Leiche verfahren wird, ob der Wunsch, ihm ein Weiterleben in der Totenwelt oder ein Auferstehen in einem anderen Leben zu sichern oder ob nur das innige Gefühl der Verpflichtung, ihm noch einmal alle Liebe zu erweisen und ihn zu ehren, das Leichenbegängnis mit Feierlichkeit umgibt, alles wird beherrscht von der zwingenden, hygienischen Notwendigkeit, den verwesenden Leib aus der Gemeinschaft der Lebenden zu entfernen. Die Friedhöfe befinden sich min-

destens fünfhundert Meter vom Dorf entfernt. Die Leiche wird in ein grosses Tuch, das Totentuch gewickelt und etwa einen Meter tief in den Boden versenkt. Am Kopf- und Fussende wird eine unbehauene, unbeschriftete Steinplatte senkrecht in den Boden gesteckt. Im Dorf Anjuman sahen wir vereinzelt über den Gräbern einfache Holzgestelle, in der Gestalt von vier Pfosten an den Ecken des Grabes, die durch zwei im Abstand von etwa fünfzig Zentimeter übereinanderliegende Querbalken waagrecht verbunden sind. Die Friedhöfe machen einen sehr ungepflegten und verwahrlosten Eindruck, so dass man auf keine Grabpflege schliessen kann.

7. Die Hauptkrankheiten

Als Hauptkrankheiten, die im Zentral-Hindukusch vorkommen, findet man, etwa der Häufigkeit nach geordnet, folgende:

a) Erkrankungen der Augen. Mit den Augen haben wir ein besonders anfälliges Organ dieser Bergbevölkerung vor uns. Fast alle Leute leiden an einer Conjunctivitis mit starker Rötung und Schwellung der Bindehaut und vermehrter Tränensekretion. Sie dürfte vor allem exogen bedingt sein durch den Rauch, der in den schlecht durchlüfteten Hütten herrscht und durch die starke Sonneneinstrahlung auf die Augen in dieser Höhe. Ferner findet man als Augenerkrankung die Keratomalazie, erkennbar an der Trübung der Linse, ein- und doppelseitig vorkommend und meist mit Erblindung verbunden. Als Vitamin A-Mangelerkrankung kann sie auf eine ungenügende Säuglingsernährung, falls das Stillen unterbleibt oder nur mangelhaft geschieht, zurückgeführt werden. Äusserst selten trifft man das Trachom (Conjunctivitas granulosa) und das Glaukom an.

b) Gelenkerkrankungen: Auftreten von Polyarthritis rheumatica acuta, hauptsächlich bei Jugendlichen mit Schwellung und Schmerzen der grossen Gelenke verbunden mit Fieber ist relativ häufig. Um Komplikationen, die diese Erkrankung nach sich bringen kann wie Endocarditis - oder Myocarditis festzustellen, fehlte mir leider die Gelegenheit. Häufig entwickelt sich anscheinend diese akute Form, weil sie selten richtig ausheilt in eine chronische Polyarthritis. Als degenerative Gelenkkrankheit wird nicht selten die Periarthritis humeroscapularis angegeben, wogegen man Spondylosis deformans nicht antrifft (Beweis, dass diese Erkrankung eine Zivilisationskrankheit ist?!).

c) Hautkrankheiten: Sehr häufig ist in mannigfaltiger Form das Vulgäre Ekzem. Als ekzematogene Noxe kommt die starke Verschmutzung infolge der fast fehlenden Körperpflege in Frage. Bei Kindern ist bisweilen Urticaria anzutreffen. Die ungenügende Bekleidung, besonders der Füsse und die schlechten Wohnverhältnisse erklären bei den tiefen Temperaturen im Winter das häufige Vorkommen von partiellen Erfrierungen, besonders an Füssen und Beinen. Diese Erfrierungen sind in manchen Fällen so stark, dass sie den III. Grad des feuchten oder trockenen Gangräns erreichen.

d) Erkältungskrankheiten: Von der gewöhnlichen Erkältung über die Bronchitis bis zur Pneumonie sollen sie im Winter, den Erzählungen der Leute nach zu schliessen, ausgesprochen häufig sein.

e) Struma: Riesige Strumen, besonders bei Jugendlichen und alten Leuten, beruhend auf einem gewissen Jodmangel im Speisesalz (es werden Salzsteine verwendet) sind im Zentral-Hindukusch häufig zu sehen. Diese kompensatorischen Organvergrösserungen belasten die Leute durch Behinderung bei der Inspiration mit Stridor, chronische Katarrhe, Verschlucken, Heiserkeit und Störungen beim Sprechen; ausserdem klagen sie über lästige Beeinträchtigung der Bewegungsfreiheit der Halswirbelsäule. Wie man in Mitteleuropa die typischen Gebirgs- und Alpenvorlandskropfgegenden festgestellt hat, kann man wohl auch den Zentral-Hindukusch als "Gebirgskropfgegend" bezeichnen.

f) Tuberkulose: Obgleich keine eingehenden Untersuchungen gemacht werden konnten, kann man doch bei der Häufigkeit mit der vor allem von jungen Leuten in schlechtem Allgemein- und Ernährungszustand langandauernde Beschwerden von trockenem Reizhusten, Mattigkeit, leichtem Fieber und für den dunklen Hauttyp auffallende Blässe angegeben werden, auf häufige Fälle von Tuberkulose schliessen.

g) Osteomalazie: Während man rachitische Kinder, die wegen ihrer verminderten Resistenz wahrscheinlich schon sehr früh sterben, nicht zu Gesicht bekommt ist die Osteomalazie als D-Hypovitaminose der Erwachsenen relativ häufig. Besonders bei männlichen Greisen und Frauen, die viele Geburten mitgemacht haben, äussert sie sich durch Schmerzen und Störungen beim Gehen, leichte tetanische Krämpfe und bei den Spätformen durch Deformierungen des Skelettssystems.

h) Pyurie (Cystitis, Cystopyelitis) im Säuglings- und Kindesalter: Dieser "Blasenkatarrhe durch Erkältung" ist eine häufige Erkrankung der Säuglinge und Kinder und wohl auf mangelnde und ungenügende Pflege, vor allem aber auf die ungenügende Bekleidung (keine Unterwäsche!) zurückzuführen. Die Eltern nennen als Beschwerden ihrer Kinder "heisses und kaltes Fieber", auffallende Blässe und Unruhe und es beunruhigt sie der gelbe Urin (=Eiterurin).

i) Malaria: Malaria konnten wir nur in einem einzigen Dorf in unserem Expeditionsgebiet und zwar in Rabat, das auf 1840 m liegt, feststellen. In den anderen Dörfern des Zentral-Hindukusch gibt es wegen der ausgesprochenen Höhenlage keine Malaria (schlagartiges Aufhören bei 2000 m Höhe!).

k) "Darmerkrankungen": Ohne die Ursachen und die Zusammenhänge zu kennen, kann man anführen, dass die Leute häufig über starke Durchfälle verbunden mit Leibschmerzen klagen.

l) "Wunden": Schlechtheilende, stark eiternde Wunden, die auf Verletzungen zurückzuführen sind, sind sehr häufig festzustellen.

m) Zahnschmerzen: Die mangelnde Zahnpflege führt schon in frühen und mittleren Jahren bei dem fast allgemein schlechten Zustand der Zähne dazu, dass die Leute oft von starken Zahnschmerzen geplagt werden.

Als nur vereinzelt auftretende Krankheitsbilder kann man Gelbsucht, Bauchwassersucht, Nierenerkrankungen, Wurmerkrankungen, Hämorrhoiden und die Gicht nennen. Natürlich kommen Verletzungen, Luxationen und Frakturen bei einem Naturvolk nicht allzu selten vor. An eine Pockenepidemie können sich auch die ältesten Bewohner nicht erinnern und auch in überlieferten Erzählungen ist davon nichts bekannt; man sieht auch keine Leute mit pockennarbigen Gesichtern.

Die durchschnittliche Lebenserwartung

Das Alter der Leute ist sehr schwer zu beurteilen und die eigenen Angaben darüber wegen ihres schlechten Zeitbegriffes äusserst vorsichtig zu werten. Wegen der allgemeinen Unterernährung schätzt man die Leute meist viel älter ein. Als durchschnittliche Lebenserwartung möchte ich grob geschätzt in Übereinstimmung mit den Schätzungen von Dietrich Hasse (Deutsche Hindukusch-Kundfahrt 1960) bei den Männern 45 - 60 Jahre
bei den Frauen 50 - 65 Jahre annehmen.

Übersicht über die hauptsächlichen Krankheiten

Krankheit	Zahl der untersuchten Personen	Zahl der Erkrankten	%
Conjunctivitis	287	224	78
Keratomalazie	287	5	2
Polyarthritis rheumatica acuta	287	53	18
chron. Polyarthritis	287	101	35
Periarthritis humeroscapularis	287	33	11
vulgäres Ekzem	287	184	65
Urticaria	287	28	10
partielle Erfierungen	287	125	44
Erkältungskrankheiten	287	62	22
Struma	287	41	14
Tuberkulose	287	77 (?)	26
Pyurie	287	23	8
Osteomalazie	287	11	4
Malaria	287	5	2
Darmerkrankungen	287	19	8
"Wunden"	287	65	23
Zahnschmerzen	287	144	50

C. DIE VOLKSMEDIZIN DER BEWOHNER DES ZENTRAL-HINDUKUSCH

I. DESKRIPTIVER TEIL

Nach der Betrachtung des Lebensraumes und der Lebensführung möchte ich nun die Heilmittel und Heilmethoden, wie sie die Bewohner des Zentral-Hindukusch gebrauchen darstellen. Wenn auch die Krankheitsbilder, die die Leute schildern und bieten, nicht immer denen der modernen Medizin entsprechen und die Volksmedizin unter einem einzigen Begriff viele oft verschiedene Krankheiten zusammenfasst, möchte ich doch nicht nur den Heilschatz an sich aufzählen, sondern auch wogegen er im einzelnen angewendet wird.

Es erscheint zweckmässig, die Arten der Zubereitung und Verabreichung der zu Heilzwecken verwendeten Pflanzen vorauszuschicken:

a) Die ganze Pflanze oder Teile davon (Blüte, Wurzel, Blätter, Früchte) werden roh verzehrt oder im rohen Zustand kranken Körperteilen aufgelegt.

b) Die ganze Pflanze oder Teile davon werden in frischem Zustand zerschnitten, zerrieben oder zerstossen, mit kaltem oder warmem Wasser vermischt und so verzehrt oder das Gemisch auf kranke Körperteile aufgestrichen.

c) Die ganze Pflanze oder Teile davon werden in frischem Zustand gegeschnitten, zerrieben oder zerstossen, mit heissem Wasser übergossen und der so entstandene Aufguss wird getrunken.

d) Die ganze Pflanze oder Teile davon werden getrocknet, zerkleinert und als Tee genossen, also durch Übergiessen mit heissem Wasser oder durch Aufkochen wird ein Auszug der wasserlöslichen Wirkstoffe der Pflanze gewonnen.

Insgesamt 311 Heilmittel und Heilmethoden bei 55 verschiedenen Symptomen und Krankheitsbildern wurden von den 287 befragten Bewohnern des Zentral-Hindukusch angegeben. Sie werden geordnet nach der Häufigkeit ihrer Anwendung bei den verschiedenen Krankheitsbildern aufgezählt.

1. Bei folgenden Symtomen und Krankheitsbildern der Inneren Medizin werden angewendet:

A. Kopfschmerzen

1. Bestreichen der Stirn mit Hammel- bzw. Schaffett.
2. Viel kaltes Wasser trinken und versuchen zu schlafen (Siehe Schlafmittel)
3. Starkes Kompremieren der Schädelarterien links und rechts an der Schläfe.
4. Kopfmassage: Starkes Verschieben der Kopfhaut in alle Richtungen.
5. Auflegen von getrockneten Blättern des Gemeinen Huflattichs (Tussilago farfara), die in ein Tuch eingeschlagen werden.
6. Tee von der Pflanze Sargol (+ trinken.
7. Kopf in kaltes Wasser stecken.
8. Umschläge von nassen, kalten Tüchern auf die Stirn.
9. Schlag mit der flachen Hand auf die Nase, um lang andauerndes Nasenbluten zu erzeugen.

10. Es besteht die Meinung, dass Leute mit völlig abrasierten Kopfhaaren nicht von Kopfschmerzen geplagt werden. Die Barthaare müssen aber bestehen bleiben.
11. Die Meinung, dass ein Dämon im Schädel sitzend die Ursache der Schmerzen sei, führt zu Schlagen des Schädels mit der Faust und gleichzeitigen Besprechungen.
12. Sich nahe ans Feuer setzen, das stark rauchen muss. (Deshalb wird frisches Gras ins Feuer geworfen).
13. Tee von den getrockneten Blättern des Schekestabund trinken. (+

(+ NB. Die von den Bewohnern des Zentral-Hindukusch angegebenen und beschriebenen Pflanzen Sargol, Serk und Schekestabund und das Tkosnikraut konnte ich zu Hause mit wissenschaftlichen Namen nicht bestimmen.

B. Zahnschmerzen

1. Teig aus Holzasche mit warmem Wasser vermengt auf die Backe streichen.
2. Ein Stück Eis oder Schnee oder kaltes Wasser längere Zeit im Mund hin- und herbewegen.
3. Auflegen von nassen, kalten Tüchern auf die Backe.
4. Aufstreichen von heissem Gerstenmehlteig auf die Backe.

C. Fieber

Sie unterscheiden kaltes Fieber, das am Tag auftritt, und warmes Fieber, das nachts den Menschen befällt. Das Fieber stellen sie durch Handauflegen fest und halten starken Schweissausbruch ohne Anstrengung und sichtliche Ursache auftretend, für das sicherste Fieberzeichen.

1. Vor allem muss der Fieberkranke, im Haus vor der Sonne geschützt, auf seinem Lager liegenbleiben.
2. Viel kalte Getränke trinken, vor allem Wasser und Milch.
3. Kalte Waschungen der Brust, Arme und Beine.
4. Schwitzkur: Der Fieberkranke wird auf den Hausrost (siehe unter allgemeiner Hygiene: 2.) gelegt und darunter wird ein starkes Feuer gemacht.
5. Gemisch aus kalter Milch und Wasser trinken.
6. Die getrockneten Blätter des Tkosni-Krautes (+ werden mit kaltem Wasser übergossen und der Aufguss getrunken.
7. Der Saft der wildwachsenden schwarzen Johannisbeere (Ribes nigra) wird getrunken.

8. Aufstreichen von Hammel- oder Schaffett auf Stirn und Oberbauch.
9. Eiweiss trinken.
10. Holzasche trocken oder vermischt mit Milch oder Wasser einnehmen.
11. Fein geriebenen Schafkot mit Milch vermischt trinken.
12. Auflegen der Blätter des knolligen Hahnenfusses (Ranunculus bulbosus) auf Stirn und Unterarme.
13. Die Wurzel der Meisterwurz (Peucedanum ostruthium) wird zerrieben, mit warmen Wasser übergossen und der Aufguss getrunken.
14. Tee von getrockneten Blättern des Massliebchens (Bellis perennis).

D. Schlaflosigkeit

1. Haferteig (Avena sativa) möglichst heiss essen.
2. Die getrockneten Blüten der Frühlingsschlüsselblume (Primula veris) werden mit heissem Wasser übergossen und der Aufguss getrunken.
3. Die frischen Blätter des Giftlattichs (Lactuca virosa) werden fein zerrieben, mit warmen Wasser übergossen und der Aufguss getrunken.
4. Tee von getrockneten Blüten des Schleedorns (Prunus spinosa) oder die Früchte dieses Strauches.

E. Bleichsucht

Gegen die durch Müdigkeit, Abgeschlagenheit, bleiches Aussehen gekennzeichnete Krankheit gibt es folgende Mittel:

1. Die frischen Blätter der Brunnenkresse (Rorippa nasturtium aquaticum) roh verzehren.
2. Die frischen Blätter des Löwenzahns (Taraxacum officinale) werden roh verzehrt.
3. Die Beeren des Maulbeerbaumes (Morus nigra) frisch oder getrocknet essen.

F. Katarrhe - Husten (Erkältungskrankheiten)

Katarrhe, Verschleimung der Atemwege mit Auswurf, und Husten werden ihrer Meinung nach durch Kälte verursacht und mit folgenden Mitteln behandelt:

1. Unbewusst treiben sie die beste Abwehr gegen diese Erkältungskrankheiten, nämlich Abhärtung infolge ihrer schlechten, ungenügenden Bekleidung.
2. Auflegen von heissem Gerstenmehlteig auf die Nase (Hordeum).
3. Inhalieren von schwarzem Teedampf.

4. Schwitzkur wie bei Fieber.
5. Heisses Zuckerwasser in die Nase einsaugen.
6. Trinken von heissem Honigwasser.
7. Bestreichen der Nase mit erhitztem, verdünnten Honig.
8. Einsaugen von kaltem Wasser in die Nase.
9. Tee aus getrockneten Huflattichblättern- oder blüten (Tussilago farfara).
10. Einfetten der Nase mit Hammel-, Schaffett.
11. Feingeschnittene Zwiebeln essen (Allium cepa).
12. Die Wurzel der Meisterwurz (Peucedanum ostruthium) wird zerrieben, mit warmen Wasser übergossen und der Aufguss getrunken.
13. Die getrockneten Blüten der Frühlingsschlüsselblume (Primula veris) werden mit warmen Wasser übergossen und der Aufguss getrunken.
14. Die getrockneten Blüten der Königskerze (Verbascum thapsiforme) werden mit heissem Wasser übergossen und der Aufguss getrunken.
15. Aufguss aus getrockneten und feinzermahlenen Wurzeln der Silberdistel (Carlina acaulis).
16. Die frischen oder getrockneten Beeren des Maulbeerbaumes (Morus nigra) werden verzehrt.

G. Akute Atembeschwerden, Erkrankungen der Lunge

Besondere Aufmerksamkeit wenden die Bewohner des Zentralhindukusch den Erkrankungen der Lunge zu, die als Zentrum und Motor des Lebens angesehen wird. Als bedrohliche, besorgniserregende Symptome betrachtet man Atemnot, Rasseln und Stechen beim Atmen, verbunden auch mit starkem Fieber (Lungenentzündung) und starkes körperliches Siechtum mit häufigem Husten und Auswurf (Lungenschwindsucht).

Zu erwähnen wäre hier, dass Erkrankungen des Herzens (starkes Herzklopfen, Herzstechen und Schmerzen auf der linken Brustseite) in völliger Unkenntnis der anatomischen und physiologischen Begebenheiten keine Beachtung geschenkt wird und auch nicht als Krankheit aufgefasst werden; deshalb haben sie auch dagegen keine Mittel.

1. Viel warmes Wasser trinken.
2. Viel Milch, in der womöglich Honig gelöst ist, trinken.
3. Aufstreichen von warmem Kuhmist oder gelöstem, angewärmtem Hammel- oder Schafkot auf die Brust.
4. Gerstenmehlteig warm auf die Brust aufstreichen. (Hordeum)

5. Tee von getrockneten Huflattichblättern trinken (Tussilago farfara).
6. Viel in der Luft bewegen und häufig in der Sonne sitzen.
7. Salzwasser (NaCl) trinken.
8. Tee von getrockneten Schlehenblüten (Prunus spinosa) trinken.

H. Halsschmerzen

Folgende Mittel wenden sie bei Schluckbeschwerden und bei Anschwellen des Halses mit weissem Belag auf der Zunge (Mandelentzündungen) an.

1. Saft von wildwachsenden, schwarzen Johannisbeeren (Ribes nigra) oder die Beeren roh essen.
2. Viel Eigelb langsam den Hals hinunterlaufen lassen.
3. Frisches Blut von Hammeln, Schaf oder Wild (Steinbock) trinken oder damit den Hals bestreichen.
4. Bestreichen des Halses mit Hammel- oder Schaffett.
5. Umschläge von frischer Erde oder erwärmten Lehm, die in Tücher eingeschlagen werden.
6. Tee von getrockneten Blüten der Frühlingsschlüsselblume (Primula veris) trinken.
7. Die Blätter der kleinen Braunelle (Prunella vulgaris) werden roh verzehrt.

I. Kropf

Sie verstehen wohl zwischen entzündlichen Anschwellungen des Halses, die wieder vergehen und einem bleibenden "dicken Hals", zu unterscheiden, wenn auch die Mittel dagegen völlig wirkungslos erscheinen.

1. Umschläge mit kalten, nassen Tüchern und den Hals; für am wirksamsten wird das Gletscherwasser gehalten.
2. Feinzerriebene Hühnereischalen in Wasser gelöst trinken.

J. Nasenbluten

1. Kopf vorneigen und ausbluten lassen.
2. Kaltes Wasser einsaugen und Kopf zurückneigen.
3. Auflegen von kalten, nassen Tüchern, Schnee oder Eis auf die Stirn oder auf den Nacken.
4. Von einer zweiten Person am Nacken saugen lassen.
5. Tamponieren der Nares mit Blättern oder Tuchfetzen.

K. Blutspucken

Die Herkunft des ausgespuckten Blutes ist ihnen unklar.

1. Leichtes Salzwasser (NaCl) trinken.
2. Warme Milch trinken.
3. Waschungen mit kaltem Wasser der Brust.
4. Tee von den Blättern (getrocknet) der gemeinen Schafgarbe (Achillea millefolium).

L. Schwindel, Ohnmacht

1. Übergiessen des Kopfes mit kaltem Wasser.
2. Reizen der Nasenschleimhaut, um den Ohnmächtigen zum Niessen zu bringen.
3. Der Samen des Taumel-Lolches (Lolium temulentum) wird getrocknet, zerrieben und als Aufguss getrunken.

M. Leibschmerzen

Folgende Mittel richten sich gegen ziehende und drückende Schmerzen des Leibes.

1. Viel kaltes Wasser oder kalte Milch trinken.
2. Saure Milch trinken (Most).
3. Mit beiden Fäusten stark in den Magen und Oberbauch drücken und dabei kurz Ein- und Ausatmen.
4. Warmes Blut von Hammel, Schaf oder Wild trinken.
5. Bauch mit frischer, leicht angefeuchteter Erde bestreichen.
6. Erbrechen: Verursachen des Brechens durch:
   a) Finger in den Hals stecken.
   b) warmes Fettwasser trinken.
   c) Blüten und Blätter des Wiesenleins (Linum catharicum) roh essen.
7. Tee von getrockneten Blüten des Schlehdorns (Prunus spinosa) trinken.
8. Tee von getrockneten Blüten oder Blättern des gemeinen Huflattichs (Tussilago farfara) trinken.
9. Wurzel oder Blüte der Wegwarte (Cichorium intybus) werden zerrieben, mit Wasser vermengt und so verzehrt.

N. Krampfartige Leibschmerzen

1. Getrocknete Blüten und Blätter der grossen oder kleinen Brennessel (Urtica dioica bzw. urens) mit heissem Wasser übergiessen und Aufguss trinken.
2. Die Blüten und Blätter der weissen Taubnessel (Lamium album) werden fein zerschnitten und roh verzehrt.
3. Tee von getrockneten Blättern der gemeinen Schafgarbe (Achillea millefolium)
4. Aufguss von frischen oder getrockneten Heidelbeerblättern (Caccinium myrthillus).
5. Kräftiges Massieren des Leibes, verbunden mit bestimmten Atemübungen.

O. Übelkeit und Erbrechen

1. Kaltes Wasser trinken.
2. Milch, womöglich mit einem Ei vermischt trinken.
3. Tee von getrocknetem, gemeinem Ruchgras (Anthoxanthum odoratum).
4. Die Blüten oder Samen der Frauendistel (Silybum marianum) werden zerrieben und roh verzehrt.
5. Tee von getrockneten Blüten oder die Früchte des Schlehdorns (Prunus spinosa).
6. Aufguss von frischen oder getrockneten Blättern der Heidelbeere (Vaccinium myrtillus).

P. Durchfälle

1. Viel schwarzen Tee heiss trinken und nichts essen; in die Sonne legen.
2. Kalte Fussbäder und kalte Umschläge auf den Leib.
3. Getrocknete Früchte der Heidelbeere (Vaccinium myrtillus) essen oder Aufguss davon trinken.
4. Gekochtes Hammelfleisch essen.
5. Blätter der grossen und kleinen Brennessel (Urtica dioica bzw. urens)fein zerreiben, mit Wasser vermischen und roh essen.
6. Haferkörner (Avena sativa) rösten, zerreiben und Aufguss trinken.
7. Die Knollen der Herbstzeitlose (Colchicum autumnale) werden zerrieben, mit sehr viel Wasser vermengt und leicht erwärmt und getrunken. (Kleine Dosen, da es als besonders starkes Mittel angesehen wird).
8. Die Blätter des Spitzwegerichs (Plantago lanceolata) werden getrocknet, zerstossen und der Aufguss getrunken.

Q. Verstopfungen

1. Unreife Aprikosen.
2. Aufguss von getrockneten Heckenrosenblüten (Rosa canina).
3. Schafs- oder Hammelgalle in Wasser gelöst trinken.
4. Viel lauwarmes Wasser trinken.
5. Getrocknete Blätter der grossen und kleinen Brennessel (Urtica dioica bzw. urens) mit heissem Wasser übergiessen, den Aufguss trinken.
6. Blätter des Löwenzahns (Taraxacum officinale) werden roh verzehrt.
7. Frische Hagebutten (Früchte der Rosa canina).
8. Die frischen oder getrockneten Beeren des Maulbeerbaumes (Morus nigra).

R. Würmer

Es kommen hauptsächlich Spulwürmer vor.

1. Lauwarmes Salzwasser (NaCl) trinken.
2. Honigwasser trinken.
3. Stark verdünnte Schafsgalle trinken.
4. Schafmilch mit viel Salz angesäuert trinken.
5. Aufguss von getrockneten, feinzerriebenen Blättern der Silberdistel (Carlina acaulis).
6. Die Blätter des Löwenzahns (Taraxacum officinale) werden roh verzehrt.

S. Gelbsucht

Gegen das Krankheitsbild des starken Gelbwerdens der Haut, verbunden mit übergrosser Müdigkeit, haben sie folgende Mittel:

1. Gesicht und Brust des Kranken mit eigenem Urin öfters am Tag abreiben.
2. Gerstenbrei essen (Hordeum)
3. Eidotter mit Zucker vermischt essen.
4. Tee von getrockneten Blättern und Blüten des Massliebchens (Bellis perennes).
5. Die Blüten oder Samen der Frauendistel (Silybum marianum) werden fein zerrieben und roh gegessen.
6. Die frischen Blätter des Löwenzahns (Taraxacum officinale) roh essen.
7. Die Rinde und Früchte des Sauerdorns (Berberis vulgaris) werden gekocht, der Sud abgegossen und der Rückstand gegessen.

T. Bauchwassersucht

Gegen die starke Flüssigkeitsansammlung im Bauchraum wenden sie folgende Mittel an:

1. Harn von Schaf oder Hammel möglichst in warmem Zustand trinken.
2. Die Wurzel der gemeinen Wolfsmilch (Euphorbia cyparissia) getrocknet und zerrieben als Aufguss trinken.
3. Die Blätter der grossen und kleinen Brennessel (Urtica dioica bzw. urens) mit Wasser kochen und den so entstandenen Brei essen.
4. Aufguss aus getrockneten, fein zerriebenen Wurzeln der Silberdistel (Carlina acaulis).
5. Frische Hagebutten (Früchte der Rosa canina).
6. Aufguss von frischen oder getrockneten Blättern der Heidelbeere (Vaccinium myrtillus).

U. Rheumatismus, Ichias, Neuralgien

1. Zarte Massage in Form von leichtem Reiben und Kneten des schmerzenden Körperteils.
2. Saft von wildwachsenden, schwarzen Johannisbeeren (Ribes nigra)
3. Tragen von Schaffellen.
4. Auflegen von erwärmten Steinen.
5. Auflegen von frischem Hammel- oder Schaffleisch.
6. Aufstreichen von frischem Tierblut.
7. Umschlag von einem Aufguss aus getrockneten Weidenblättern (Salix purpurea).
8. Aufstreichen von Pferdefett.
9. Die Wurzel der Pflanze Serkh (+ wird gekocht und die Brühe getrunken.
10. Tee von der Pflanze Schekestabund (+.
11. Ameisen (Formica) werden zerstossen und damit die schmerzenden Körperteile eingerieben.
12. Geisseln mit frischen grossen und kleinen Brennesseln (Urtica dioica bzw. urens).
13. Aufstreichen von heissem Haferteig (Avena sativa).
14. Der Samen der Herbstzeitlose (Colchicum autumnale) wird feinzerrieben, mit warmem Wasser übergossen und in kleinen Mengen getrunken.
15. Die Rinde des Sauerdorns (Berberis fulgares) wird weich gekocht und auf die schmerzenden Körperteile aufgestrichen.
16. Die Blätter der rostfarbenen Alpenrose (Rhododendron ferrugineum) werden mit heissem Wasser übergossen und der Aufguss getrunken.

V. Gicht

Starke Gelenkschmerzen mit sichtbarer Anschwellung an den Gelenken wird von rheumatischen Beschwerden unterschieden und folgendermassen behandelt.

1. Feinzerstossene Ameisen (Formica) werden auf die schmerzenden Körperteile gerieben.
2. Die frischen Blätter des knolligen Hahnenfusses (Ranunculus bulbobus) werden klein zerschnitten, mit Wasser verrührt und auf die schmerzenden Gelenke aufgestrichen.
3. Die frischen Blätter der Brunnenkresse (Rorippa nasturtium aquaticum) roh verzehren.
4. Fein zerriebene frische Blätter der wilden Karde (Dipsacus silvester) werden auf die Gelenke aufgestrichen.
5. Auflegen der frischen Blätter des Massliebchens (Bellis perennis).
6. Die Blätter der rostfarbenen Alpenrose (Rhododendron ferrugineum) werden mit heissem Wasser übergossen und der Aufguss getrunken.

W. Hämorrhoiden

1. Auflegen von frischen Blättern der grossen oder kleinen Brennessel (Urtica dioica bzw. urens), zerrieben und mit Wasser vermengt.
2. Auflegen der frischen Blätter der weissen Taubnessel (Lamium album).
3. Auflegen der Blätter der Königskerze (Verbascum thapsiforme).
4. Aufstreichen von fein zerriebenen Blättern und Blüten der gemeinen Schafgarbe (Achillea millefolium).
5. Aufstreichen der fein zerriebenen Blätter des Löwenzahns (Taraxacum officinale).
6. Auflegen der Rinde des Sauerdorns (Berberis vulgaris).

X. Schmerzen in der Nierengegend

Durch Nierenentzündungen und Nierenkoliken verursachte Schmerzen werden häufig mit Kreuzschmerzen und rheumatischen Beschwerden verwechselt. Als besondere Mittel gegen diese Art von Schmerzen kann man anführen:

1. Kalte und warme, feuchte Umschläge auf die Nieren.
2. Bei kolikartig auftretenden Schmerzen: Aufsud von getrockneten Heidelbeerblättern (Vaccinium myrtillus) trinken.
3. Fein zerriebene, frische Blätter des Zerrgrases (Polygonum aviculare) mit heissem Wasser übergiessen und Aufsud trinken.

4. Fein zerriebene Blätter des Massliebchens (Bellis perennis) mit Wasser vermengt, aufstreichen.
5. Aufguss von fein zerriebenen, frischen Blättern der Silberdistel (Carlina acaulis).
6. Die Rinde des Sauerdorns (Berberis vulgaris) wird stark gekocht und die so entstandene weiche Masse auf die Nierengegend aufgestrichen.
7. Frische Hagebutten (Früchte der Rosa canina) oder im getrockneten Zustand als Aufguss.

Y. Blasenentzündungen

1. Einreiben des Unterleibes (Blasengegend) mit dem Öl, das vom Innern der Aprikosenkerne gepresst wird.
2. Tee aus den getrockneten Blättern und Blüten der grossen und kleinen Brennessel (Urtica dioica bzw. urens) trinken.
3. Die frischen Blätter des kahlen Bruchkrautes (Herniaria glabra) roh verzehren.
4. Die Blätter und Blüten der weissen Taubnessel (Lamium album) werden fein geschnitten und roh verzehrt.
5. Die Blätter des Spitzwegerichs (Plantago lanceolata) werden getrocknet, zerstossen und der Aufguss getrunken (im frischen Zustand).
6. Die frischen Blätter des Löwenzahns (Taraxacum officinale) werden roh verzehrt.
7. Die Blätter des Giftlattichs (Lactuca virosa) werden fein zerrieben, mit warmem Wasser übergossen und der Aufguss in kleinen Dosen getrunken.
8. Der Aufguss von frischen oder getrockneten Blättern der Heidelbeere (Vaccinium myrtillus).

Z. Krämpfe

1. Kopf mit kaltem Wasser übergiessen.
2. Stirn mit Schafsgalle bestreichen.
3. Kaltes Vollbad nehmen oder in Schnee legen.
4. Körper mit heissem Honigwasser einreiben.
5. Die getrockneten Blüten der Königskerze (Verbascum thapsiforme) werden mit heissem Wasser übergossen und als Tee getrunken.
6. Tee von den getrockneten Blättern der Gemeinen Schafgarbe (Achillea millefolium).

2. Chirurgische Krankheitsbilder, Heilmittel und Heilmethoden.

A. Versorgung von Wunden

Blutstillung: Grossen, stark blutenden Verletzungen etwa Stichverletzungen stehen sie völlig hilflos gegenüber. Beispiel: Fliesst aus einer Wunde am Arm Blut, so wird ihrer Meinung nach, die Blutung erst aufhören, wenn der Arm leer von Blut ist; deshalb sei es auch zwecklos, vor dem nach einiger Zeit sicher auftretenden Blutungsstillstand einen Verband anzulegen. Kompressionsverbände sind unbekannt. Blutungsstillstand aus kleinen Wunden, z.B. am Finger suchen sie durch Auflegen von Erde oder Sand zu erzielen.

Reinigung der Wunde: Ist die Wunde stark verschmutzt, wird sie mit frischem Wasser gewaschen und mit feinzerstossenem Kalk oder mit Asche aus verbrannter Schafwolle bestreut. Manchmal wird die Wunde zur Reinigung mit eigenem Urin bestrichen (Dietrich Hasse, D.H.K.)

Verbände: Nach der Reinigung der Wunde wird die verletzte Stelle mit einem Tuchfetzen fest umwickelt. Besondere Verbandsstoffe und Verbandsmethoden sind dabei nicht bekannt. Stark klaffende, tiefe Fleischwunden an den Gliedmassen werden mit festen Fäden so umwickelt, dass die Wundränder aneinandergepresst werden. Eine tiefe Risswunde über der Scapula, verursacht durch das Horn einer Kuh, sah ich folgendermassen versorgt: An den Wundrändern wurden im Abstand von etwa 2 cm etwa 4 cm lange, spitze, dünne Holzstäbchen durch die Haut gebohrt. Durch eine Schnur, im Zickzackverlauf an den Austrittstellen um die Holzstäbchen geschlungen, wurden die Wundränder fest aneinandergezogen. Die Holzstäbchen werden nach ein bis zwei Wochen entfernt. Dies soll eine allgemein gebrauchte Methode zum Verschluss von grösseren Wunden sein.

Wundheilung: Zur besseren und schnelleren Heilung von Wunden wird mehrmals frisches Eigelb auf die Wunde aufgestrichen oder Huflattichblätter (Tussilago farfara) aufgelegt. Das Bestreichen von kleinen Wunden mit eigenem Speichel wird als blutstillendes und heilendes Mittel angesehen. Verschorfung der Wunde hofft man besonders rasch durch wiederholtes Aufstreichen von Schafmilch zu erzielen.

B. Entzündung

Das Eitern einer Wunde, das Auftreten eines Abszesses oder Geschwüres, starke Rötung der Haut infolge einer Infektion und ähnliche Symptome, führen sie auf eine Anstauung des durch eine unbekannte Ursache erkrankten Blutes zurück und so suchen sie vor allem durch Blutablassen diese Krankheiten zu heilen:

1. Die erkrankte Stelle des Körpers wird mit einem Nagel, Dorn oder Messer geritzt, bis "helles" Blut fliesst.
2. Starke Schläge auf die Nase sollen Nasenbluten verursachen, bis nur noch "Reines" Blut im Körper ist.
3. Auflegen eines heissen, angebrannten, schwelenden Tuches auf die entzündete Stelle, bis blutige Blasen entstehen.

Ausserdem verwenden sie:

4. Aufstreichen von geronnener Milch.
5. Heisse Umschläge von Gerstenmehlteig (Hordeum).
6. Auflegen der Blätter der Königskerze (Verbascum thapsiforme).
7. Auflegen der frischen Blätter der Gemeinen Schafgarbe (Achillea millefolium).
8. Aufstreichen von fein zerriebenen Blüten des Gemeinen Huflattichs (Tussilago farafara).
9. Die Blätter der Heidelbeere (Vaccinium myrtillus) werden im frischem Zustand fein zerstossen und mit Wasser vermengt auf die kranke Stelle aufgestrichen.

C. Chirurgische Verrichtungen

1. Schneiden: a) Eröffnen von Abszessen.
   b) Entfernen von eingedrungenen Fremdkörpern.
   c) Entfernen von Warzen und äusseren Geschwulsten, wie Lipome, Atherome.

Diese werden zudem auch auf folgende Weise entfernt: Ein starker Faden aus feingezwirbeltem Rosshaar wird um die Basis der Geschwulst geschlungen und fest zusammengezogen. Der Faden wird täglich stärker zusammengezogen, bis die Warze oder die nekrotisch gewordene Geschwulst abfällt.

2. Punktionen: Bei schwerem Gelenkrheumatismus werden in das betroffene Gelenk und in die umliegende Muskelpartie dünne glühend gemachte Nägel gestossen oder aufgelegt, was fischgrätenartige Narben hinterlässt (Hasse, D. H. K. 60).

Meist werden diese chirurgischen Eingriffe ohne Anästhesie gemacht, jedoch ist die anästhetische Wirkung von kaltem Wasser, Eis oder Schnee bekannt.

D. Prellungen und Quetschungen

1. Umschläge und Bäder mit kaltem Wasser.
2. Fein zerriebene Blätter des Massliebchens (Bellis perennis) werden auf die betroffenen Stellen mit Wasser vermischt aufgestrichen.
3. Die verletzte Stelle wechselweise mit kaltem und warmem Wasser unter Zusatz von NaCl unter Reiben und Kneten begiessen.
4. Auflegen von fein zerriebenem Hammelfleisch mit Zwiebel vermischt.

E. Luxationen

Bei der Luxation des Schultergelenks infolge eines Sturzes vom Pferde sah ich folgende Methode der Einrenkung angewandt: Der Betroffene wurde flach auf den Boden gelegt und der luxierte Arm seitlich weggehalten. Ein Mann kniete sich neben den Patienten, drückte sein Knie in dessen Achselhöhle und hebelte den luxierten Arm um sein eigenes Knie, bis dieser wieder in die Pfanne sprang.

F. Frakturen

Zuerst wird, wenn nötig das gebrochene Glied durch Ziehen und Drehen in die richtige Stellung gebracht. Dann wird es mit Holzstäben und Tüchern geschient. Die Tücher werden in ein Gemisch von Eiweiss und Hammelfett unter Zusatz von fein zerriebenem Kraut des Schekastaban und Haaren getränkt und sollen dadurch bis zu einem bestimmten Grade erhärten. Als Krücken werden Holzstöcke verwendet, die bis unter die Achselhöhle reichend, seitlich am Körper befestigt werden und an die das verletzte Bein angebunden wird. So hat der Verletzte beide Arme frei.

3. Frauenkrankheiten - Geburtshilfe und Säuglingspflege - Kinderkrankheiten.

Die Frauen im Hindukusch gehen zwar nicht verschleiert, leben jedoch sehr zurückgezogen und man bekommt sie nicht allzu häufig zu Gesicht. Lediglich durch kranke Kinder, die sie zu uns brachten, bekamen wir manchmal Kontakt zu ihnen und durch alte Frauen, für die die gebührende Scheu vor Männern und besonders Fremden aufgehoben zu sein scheint. Jedoch sind die Auskünfte, die wir über diesen Bereich der Volksmedizin erhielten, äusserst mangelhaft und dürftig.

Frauenheilkunde

A) Menstruation und Menstruationsbeschwerden.

Die monatliche Blutung halten sie für eine innere Reinigung des gesamten Körpers. Während dieser Zeit soll die Frau sich nicht waschen. Zur Linderung von eventuell auftretenden Schmerzen vor und während der Menstruation gebrauchen sie folgende Mittel:

1. Viel kaltes Wasser trinken.
2. Warme Fussbäder nehmen.
3. Der Samen des Taumellorches (Lolium temulentum) wird zerrieben und als Aufguss getrunken.
4. Die Blätter und Blüten der weissen Taubnessel (Lamium album) werden fein zerschnitten und roh verzehrt.
5. Die Blüten und Blätter des Wiesenleins (Linum carthartikum) werden in frischem Zustand zerstossen, mit Wasser vermengt verzehrt.

Diese regelmässig auftretenden, jedoch während der Schwangerschaft ausbleibenden Blutungen verstehen sie angeblich wohl zu unterscheiden von den

B) Blutungen aus der Scheide ausserhalb der Menstruation

1. Tamponieren der Scheide mit einem in kaltes Wasser getauchten Tuch.
2. Auflegen von nassen kalten Tüchern auf die Schossgegend.
3. Fein zerstossene Blätter des Zerrgrases (Polygonum aviculare) mit heissem Wasser übergiessen und den Aufguss trinken.

4. Tee von den getrockneten Blättern des Massliebchens (Bellis perennis) trinken.
5. Tee von den getrockneten Blättern der Gemeinen Schafgarbe (Achillea millefolium) trinken.

C) Unterleibsschmerzen

Gegen stechende ein- und doppelseitige Schmerzen im Unterleib, Krampf- und Kolikartige Beschwerden im Unterbauch wenden sie folgende Mittel an:

1. Aufstreichen von erhitzter Erde oder Lehm auf Tücher, die auf den Unterleib gelegt werden.
2. Die Blätter der weissen Taubnessel (Lamium album) werden fein zerschnitten und roh gegessen.
3. Tee von den getrockneten Blättern der Gemeinen Schafgarbe (Achillea millefolium) trinken.

D) Ausfluss aus der Scheide

1. Kleine Stofftücher werden in warmes Wasser getaucht und damit die Scheide austamponiert.
2. Kleine Stofftücher in stark verdünntes Kalkwasser tauchen und in die Scheide einbringen.
3. Mit einem Aufguss von Weidenblättern (Salix) die Scheide auswischen und dabei versuchen, möglichst viel Flüssigkeit "hoch in die Scheide hinaufzubringen."

Geburtshilfe und Säuglingspflege

Die Schwangerschaft gilt als ein Ausnahmezustand und ist für die Familie ein freudiges Ereignis. Die Frau wird angeblich in der letzten Zeit vor der Niederkunft in ihrer Arbeit etwas entlastet; sie soll auch in dieser Zeit das Haus nicht mehr verlassen.

Als frühe Zeichen einer eingetretenen Schwängerung werten die Frauen das Ausbleiben der Menstruation, starke Müdigkeit verbunden mit häufigem Gähnen, öfteres Erbrechen und Übelkeit. Im späteren Verlauf sind für sie ein rasches Dickerwerden des Leibes und Grösserwerden der Brüste untrügliche Zeichen für eine bestehende Schwangerschaft. Während der Schwangerschaft soll die Frau viel Milch trinken, jedoch kein Fleisch zu sich nehmen. Gegen Beschwerden in dieser Zeit wie zu häufiges Erbrechen und Übelkeit gelten der

Genuss von Milch mit Wasser vermischt und angestrengte Arbeit als Erleichterung. Gegen starkes Anschwellen der Beine trinken sie Tee von den getrockneten Blättern der Gemeinen Schafgarbe (Achillea millefolium) und umwickeln die Beine mit feuchten Tüchern.

Kündigt sich die nahende Geburt durch Wehen an, wird die Frau in eine leerstehende, für die Geburt vorbereitete Hütte gebracht. Nun steht sie unter der Obhut der Frauen des Dorfes, Männer sind beim Geburtsvorgang ausgeschlossen. In der Hütte wird ein starkes Feuer entfacht, um die Kreissende zum Niessen und Husten als Wehenverstärkung zu reizen. Als bestes geburtserleichterndes Mittel, das die Frauen des Zentral-Hindukusch gebrauchen, betrachte ich die Tatsache, dass durch Gesänge, Tänze und Gespräche versucht wird, die Kreissende von ihren Schmerzen abzulenken. So wird wohl unbewusst psychologische Geburtserleichterung getrieben. Um die Wehentätigkeit anzuregen wird der Bauch der Kreissenden von den Frauen mit den Händen stark gerieben oder es werden warme Tücher aufgelegt. Für besonders wirkungsvoll wird das Einreiben des Bauches mit dem Fett einer im Hindukusch vorkommenden Murmeltierart gehalten. Sind die Wehen sehr schwach, versucht man als letztes Mittel sie dadurch zu verstärken, dass man erwärmte spitze Steine in den Anus der Kreissenden steckt. Während der Geburt liegt die Frau entweder flach mit dem Rücken auf Decken und Fellen zu ebener Erde oder sie kniet mit den Händen aufgestützt auf dem Boden. Zur Lösung der Nachgeburt reibt und stösst man den Bauch und fordert die Entbindende auf, stark zu pressen und zu husten. Hören die Nachwehen längere Zeit nicht auf, so werden kalte Tücher auf den Leib gelegt oder stramme Bauchwickel angelegt; ein weiteres Mittel ist das Einreiben mit warmer Milch. Unmittelbar nach glücklich verlaufener Geburt soll die Frau viel Milch trinken.

Kommt es aus irgend einem Grunde zum Geburtsstillstand, so soll es besonders geschickte Frauen geben, die die Geburt durch Handgriffe, die in unserem Sinne einer Manualhilfe oder gar manuellen Extraktion entsprechen, zu Ende führen. Näheres darüber konnten wir nicht erfahren, doch wird angegeben, dass Todesfälle während oder kurz nach der Entbindung häufig sind.

Nach der Geburt werden die Kinder abgenabelt und ungewaschen fest in Tücher eingewickelt. In diesem festen Bündel soll sich auf der Hinterseite ein auswechselbarer Lappen befinden und das Kind wird zwei Wochen in diesen Tüchern eingewickelt belassen. Nach der Geburt erhält das Kind einen Tag lang nichts zu trinken, dann ein starkes Abführmittel (Schafsgalle stark verdünnt oder einen Aufguss von getrockneten Heckenrosenblüten (Rosa canina), um Blut und Wasser aus dem Bauch des Kindes auszutreiben. Ist das Kind nach der Geburt "scheintod', so wird es warm gebadet oder stark am ganzen Körper gerieben und

auf Rücken und Brust geschlagen. Auch soll versucht werden, durch Mund-an-Mundatmung das Kind zum Atmen zu bringen. Zur Heilung von Nabelbrüchen ist die Verwendung von Tüchern, die unseren Nabelbruchbändern sehr ähnlich sind, bekannt. Die Kinder werden zwei Jahre und manchmal noch länger von der Mutter gestillt. Als Zusatznahrung wird Kuh- und Schafmilch und normale Erwachsenenkost, an die das Kleinkind schon sehr früh gewöhnt wird, angegeben. Die Kinder werden in feste Bündel gewickelt auf dem Rücken der Mutter getragen oder auch in Wiegen gelegt. Während der Stillzeit pflegen die Frauen ihre Brustwarzen folgendermassen:

1. Einreiben der Brustwarzen mit saurer Milch und Hammelfett.
2. Auflegen von feuchter Erde auf die Warzen.
3. Fein zerriebene Blätter der Wilden Karde (Dipsacus silvester) oder des Massliebchens (Bellis perennis) werden mit Wasser vermengt auf die Brustwarzen aufgestrichen.

Als milchbildend betrachten sie den häufigen und reichlichen Genuss frischer Kuh- oder Schafmilch und von Eiern und das Gemenge von frischen Blättern der Grossen und Kleinen Brennessel (Urtica dioica bzw. urens) mit Wasser.

Das Erlernen des Laufens, das erst sehr spät eintritt (meist im dritten Lebensjahr) gilt als der Zeitpunkt, mit dem das Stillen eingestellt wird.

Als die hauptsächlichen

Kinderkrankheiten

kommen Urticaria, (gegen diese harmlose Erkrankung haben sie keine Mittel), "Kindlicher Husten" (=Pertussis?) und Pyurie vor.

Gegen "kindliches Husten" wenden sie folgende Mittel an:

1. Warme Tücher um den Hals wickeln.
2. Tee von getrockneten Blüten der Frühlingsschlüsselblume (Primula veris) trinken.
3. Kurzes Bad in kaltem Wasser.
4. Milch, in der Honig gelöst ist, trinken.
5. Die Blätter des Spitzwegerichs (Plantago lanceolata) werden getrocknet zerstossen und als Tee getrunken.
6. Saft der schwarzen Johannisbeere (Ribes nigra) trinken.

Pyurie

1. Einschmieren des Bauches mit dem Innern der Aprikosenkerne.
2. Aufguss von frischen oder getrockneten Blättern der Heidelbeere (Vaccinium myrtillus) trinken.
3. Die Blätter des Giftlattichs (Lactuca virosa) werden fein zerrieben, mit Wasser übergossen und der Aufguss in kleinen Mengen mit Milch vermischt und den Kindern verabreicht.

4. Augenkrankheiten

Das Auge ist ein sehr anfälliges Organ der Bergbevölkerung und so gibt es auf diesem Gebiet verhältnismässig zahlreiche Mittel. Die Leute unterscheiden bei den Erkrankungen des Auges zwischen Erkrankungen, die leicht auf äussere Einwirkung zurückzuführen sind, wie Verletzungen und Fremdkörper im Auge, äusseren Geschwüren wie Hordeolum, Chalazion, Entzündungen der Augen, sich äussernd mit starker Rötung und Schwellung der Bindehaut und vermehrter Tränensekretion ("rote Augen") und Erkrankungen, die mit Trübung der Linse und Sehstörungen bis Blindheit verbunden sind. (Keratomalazie, und Grauer Star, gegen die sie keine Mittel haben).

A. Fremdkörperentfernung aus dem Auge:

1. Viel Wasser ins Auge giessen, um den Fremdkörper herauszuschwemmen.
2. Fremdkörper mit einem Stäbchen entfernen.
3. Zucker- oder Honigwasser ins Auge träufeln, das über Nacht belassen wird und zu dem Zweck geschieht, mit dem Fremdkörper zu verbacken, der so leichter entfernt werden kann. Zu diesem Zweck wird auch Milch verwendet.

B. Hordeolum

1. Umschläge mit feuchtwarmen Tüchern.
2. Fein zerriebene Blätter des Massliebchens (Bellis perennis) werden mit Wasser vermengt und auf das betroffene Lid aufgetragen.

C. Augenentzündungen, Augenschmerzen.

1. Umschläge von nassen kalten Tüchern auf die Augen.
2. Feingeschabtes frisches Weidenholz (Salix), wird gekocht und der Brei auf die Lider aufgestrichen.
3. Tücher werden in Schafmilch getränkt und aufgelegt.

4. Umschläge mit Tüchern, die in stark verdünnte Schafgalle getränkt werden.
5. Auflegen von frischem in dünnen Streifen geschnittenen Schaffleisch.-
6. Auflegen von halbierten Zwiebeln (allium cepa) auf die Lider. Es besteht dabei die Auffassung, dass infolge des dadurch hervorgerufenen vermehrten Tränenflusses das Auge "rein" wird.
7. Auflegen von Blättern des Giftlattichs (Lactuna virosa) im frischen Zustand.
8. Bestreichen des Auges mit eigenem Speichel.
9. Belegen der Lider mit den Blättern einer Tulpenart, die ich nicht bestimmen konnte.

Von den Frauen wohl hauptsächlich zum Schmuck, von den Männern aber vor allem zur Prophylaxe von Augenerkrankungen werden die Unter- und Oberlider und die Umgebung der Augen mit Henna-Farbe (fein mit Kalkmilch zerriebene Blätter der Lawsonia inermis; eine Sitte die im Orient weit verbreitet ist und in den Zentral-Hindukusch durch Händler eingeführt sein dürfte) angestrichen. Zu dieser im Zentral-Hindukusch nur in einzelnen Dörfern gepflegten Sitte, wird auch eine bläuliche Erdfarbe verwendet, deren Zusammensetzung wir nicht erklärt bekamen.

5. Haut- und Geschlechtskrankheiten

A. Ekzem

Wegen der mangelnden Körperpflege, durch die die überaus häufigen Ekzeme wohl hervorgerufen werden, sind auch die zahlreichen Mittel so gut wie wirkungslos.

1. Waschen mit warmem Salzwasser.
2. Tücher in den Absud von getrockneten Weidenblättern (Salix) tränken und auflegen.
3. Einreiben der befallenen Körperstellen mit Hammel- oder Pferdefett. Dem Fett wird bisweilen Erde, die von ganz bestimmten Plätzen im Tal geholt sein muss, beigesetzt.
4. Trinken von Huflattichtee (Tussilago farfara).
5. Trinken eines Aufgusses von Tarchakhblätter (die Pflanze konnte zu Hause nicht bestimmt werden).
6. Die befallenen Stellen werden mit den Blättern der frischen Grossen oder Kleinen Brennessel (Urtica dioica bzw. urens) geschlagen oder aufgelegt.

7. Aufstreichen von fein zerschnittenen, mit Wasser vermengten frischen Blättern des knolligen Hahnenfusses (Ranunculus bulbosus).
8. Auflegen von frischen Blättern des Spitzwegerichs (Plantago lanceolata).
9. Aufstreichen eines Gemenges von feinzerriebenen Blättern der Wilden Karde (Dipsacus silvester) mit warmem Wasser.
10. Die frischen Blätter der Silberdistel (Carlina acaules) werden zerrieben, mit Wasser vermengt und das Gemisch aufgestrichen.

B. Abszess

Neben der chirurgischen Entfernung verwenden sie folgende Mittel:

1. Aufstreichen von Eigelb.
2. Eine Zwiebel (Allium cepa) wird gespalten, in warmer Asche angewärmt und auf den Abszess gelegt.
3. Fein zerriebene Blätter des Massliebchens (Bellis perennis) werden mit Wasser vermengt auf den Abszess gestrichen.
4. Ebenso die Blüten der Wegwarte (Cichorium intybus).

C. Erfrierungen.

1. Einreiben des erfrorenen Gliedes mit Hammelfett.
2. Eintauchen in lauwarmes Wasser.
3. Umschläge mit Tüchern, die in eigenem oder Tierurin getränkt werden (Hasse D.H.K. 60).
4. Umschläge mit Tüchern, die mit eigenem gewässerten Kot bestrichen werden (Hasse D.H.K. 60).
5. Bestreichen des gefrorenen Gliedes mit Honig.

D. Verbrennungen

1. Eintauchen des verbrannten Gliedes in kaltes Wasser oder Auflegen von nassen Tüchern, meist mit Zusatz von etwas NaCl; statt Wasser kann auch Schnee verwendet werden.
2. Auflegen von frischen Weidenrinden (Salix).
3. Eintauchen oder Bestreichen der Verbrennung mit sauerer Milch.
4. Auflegen von frischer Erde.
5. Aufstreichen von Hammelfett.
6. Aufstreichen von Gerstenmehlbrei (Hordeum).
7. Aufstreichen von fein zerriebenen Blüten des gemeinen Huflattichs (Tussilago farfara).

E. Harnverhalten

Gegen diese vornehmlich bei alten Männern auftretende Erkrankung:
1. Penis in lauwarmes Wasser stecken.
2. Warmes Wasser auf die Schossgegend giessen.

F. Gonorrhoe

Von den Geschlechtskrankheiten konnte ich lediglich die Gonorrhoe ganz vereinzelt feststellen (insgesamt 5 Fälle bei Männern). Während des Entzündungsstadiums, sich äussernd durch schmerzhaften Harndrang, Schmerzen beim Wasserlassen und eitrigen Ausfluss aus der Harnröhre trinken sie viel schwarzen Tee und Milch und baden den Penis in warmen Wasser mit Zusatz von NaCl und Hammelfett. Hört der Eiterfluss längere Zeit nicht auf, so wenden sie kalte Unterleibsbäder an. Es gilt als Vorschrift, dass erkrankte Männer keinen Verkehr mit einer Frau haben sollen (Gefahr einer Ansteckung bekannt?!)

II. BEURTEILUNG UND ERGEBNIS

Betrachtet man den reichen Heilschatz, den die Bewohner des Zentral-Hindukusch zur Behandlung ihrer Krankheiten gebrauchen, so fällt als erstes auf, dass die Verwendung von Pflanzen zu Heilzwecken die grösste Rolle spielt. Diese Tatsache ist erklärlich, da Pflanzen in grosser Fülle, meist leicht erreichbar dem Menschen zur Verfügung stehen. Jedoch setzt eine ganzjährige Verwendung planvolle Sammlung und Speicherung von Pflanzen voraus. Dieser zeitlich begrenzte Gebrauch verschiedener Pflanzen, also all derer, die nur im frischen und rohen Zustand angewandt werden können, beschränkt die grosse Zahl der genannten Kräuter bereits wesentlich.

Es ist weiter augenfällig, dass einzelne Pflanzen bei vielen, von einander völlig verschiedenen Symptomen und Krankheitsbildern genannt werden. Dies erklärt sich aus der Tatsache, dass wir Auskünfte von einer grossen Anzahl von Leuten erhielten, die zwar in dem gleichen, räumlich begrenzten Gebiet leben, jedoch verständlicherweise kein einheitliches Wissen über diesen Bereich der Lebensführung haben. So ergab es sich, dass der eine ein Mittel gegen eine bestimmte Krankheit nannte, das ein anderer gegen eine ganz andere angewandt anführte. Man kann daraus die Folgerung ziehen, dass die Medizin einer räumlich gleichlebenden und sprachlich und abstammungsmässig gleichen Menschengruppe eine Summation von Familien- und im weiteren Sinne Dorfmedizin darstellt und etwas "Lebendes" ist, in dem Sinne, dass dauernd durch Probieren

und Austausch untereinander neues Gut hinzukommt und unbewährtes wieder verloren geht. Das Ursprüngliche also bilden dabei immer Instinkthandlungen, wie man sie auch bei höher stehenden Tieren finden kann und daraus entwickelt sich die Erfahrung, dass in diesem und jenem Fall das eine und andere geholfen hat. Es entsteht also eine empirische Medizin, die sich aus Erfahrung und Überlieferung aufbaut. Unter den als Heilkräuter verwendeten Pflanzen, die in diesem relativ kleinen Vegetationsgebiet wachsen, denn die Einfuhr von Pflanzen zu Heilzwecken dürfte keine wesentliche Rolle spielen, haben sich also sozusagen "Standardmittel" herauskristallisiert, an deren Wirkung man bei vielen Erkrankungen glaubt. Von allen werden bestimmte Pflanzen und Früchte (z.B. Sanddornfrüchte) als "giftig" bezeichnet, was aber nur soviel wie "ungenießbar" bedeutet, denn die Kenntnis von wirklichen, zum Tode führenden Giften konnten wir nicht feststellen.

Nach den Heilmitteln aus dem Pflanzenreich kommen Heilmittel von Tieren, mit denen sie auf das engste zusammenleben, wie Pferde, Kühe, Schafe, Hühner und von erlegtem Wild zur Anwendung. In dieser Gruppe findet man den Gebrauch von Fetten, Milch, Fleisch, Eier, Honig, Blut, Galle, Haare, Urin und Kot. Von menschlichen Stoffen verwenden sie Speichel, Urin und Kot zu Heilzwecken. Spärlich sind die Heilmittel aus dem anorganischen Bereich während die Benutzung von Naturkräften, vor allem von Wasser als Heilmittel eine bedeutende Rolle in der Volksmedizin der Bewohner des Zentral-Hindukusch spielt.

Als Heilmethoden findet man die Anwendung von Massage in Form von Reiben, Kneten, Stossen und Peitschen und chirurgische Verrichtungen wie Ritzen der Haut, Punktionen, Fremdkörperentfernungen, Excisionen, Incisionen, eine bestimmte Nahttechnik und Handgriffe und Verbände bei Luxationen und Frakturen. Manuelle Hilfe bei schwierigen Geburten wird angegeben.

Ein kurzer Blick in die Volksmedizin anderer Völker und Stämme lässt erkennen, dass manche Heilmittel und Heilmethoden, die im Zentral-Hindukusch gebraucht werden, auch anderswo Verwendung finden. So ist etwa der Gebrauch der Früchte der Heidelbeere (Vaccinium myrtillus) bei Diarrhoe in Göttingen, Bayern und bei den Huzulen in den Waldkarpaten bekannt. Solche Vergleiche, die man noch vermehren könnte, beweisen, dass ein Grundelement der Volksmedizin die empirische Medizin ist.

Die einzelnen Heilmittel und Heilmethoden in unserem Sinne auf ihre wahre Wirksamkeit zu überprüfen, würde zu keinem befriedigendem Ergebnis führen, denn der Heilerfolg fast jeder volksmedizinischen Betätigung beruht

auf einem unerschütterlichen Glauben an die Wirksamkeit des angewendeten Mittels. Um dies zu verstehen, muss man näher auf die Vorstellungen, welche die Bewohner des Zentral-Hindukusch vom Wesen der Krankheit haben, eingehen, soweit dies überhaupt möglich ist.

Bei Erkrankungen, die auf äussere Noxen zurückzuführen sind, wie Verletzungen, Fremdkörper im Auge und dergleichen und bei denen, wo Ursache und Wirkung klar ersichtlich ist, wie etwa bei Bauchschmerzen nach übermässiger Mahlzeit ("grosser Bauch"), wird die Erkrankung für eine natürliche Erscheinung gehalten. Die völlige Unkenntnis der anatomischen und physiologischen Vorgänge des Körpers setzt der Erklärung von Krankheiten durch natürliche Ursachen schon bald eine unüberwindliche Schranke. Da dem Volk so die Krankheit nach Ursache und Wirkung unklar bleibt, sucht es nach einer Erklärung, die nicht auf Erfahrung und Wirklichkeit basiert. So konnte ich im Zentral-Hindukusch die Auffassung finden, dass Krankheiten dadurch entstehen, dass die Gesundheit, die für die Lebenssubstanz schlechthin gehalten wird, durch einen "Geist" angebohrt und angenagt wird. Die Geister, welche die Krankheiten verursachen, stellt man sich in Menschen- und Tiergestalt vor, die entweder im Körper des Kranken selbst sitzen oder, wenn sie für besonders mächtig gehalten werden, auch von der Ferne wirken können. Es werden also unklare, geheimnisvolle Beziehungen zwischen der Krankheit und dem überlegenem Willen eines Geistes angenommen. Gegen die vermeintlichen Urheber des Leidens gehen sie vorbeugend in Form von Amuletten, Armreifen, Ohrringen und dergleichen, die sehr häufig getragen werden oder bekämpfend in Form von Beschwörungen und Gebeten vor. Der Sinn dieser Handlungen besteht wohl darin, die Geister welche die Krankheit verursachen, durch bestimmte Worte und Lieder anzusprechen und unter Gewalt zu bringen, um sie zu einer Heilung zu bewegen. Die unterschiedliche Ton- und Lautstärke, der wechselnde Vortrag, die Grimassen und das Verhalten überhaupt, die bei der Ausführung dieser Handlungen an den Tag gelegt werden, lassen, bei der Unkenntnis des Inhaltes, darauf schliessen, dass man entweder den Geistern schmeicheln, sie loben oder bedrohen, ärgern und erschrecken will, um so eine Heilung zu erzielen. Es ist festzustellen, dass jede Heilbetätigung, welche die Bewohner des Zentral-Hindukusch ausführen, mit dem Aufsagen von Gebeten und Beschwörungen verbunden ist und sie standen unserer ärztlichen Betätigung, in die sie sich oft und gerne begaben, deshalb vor allem skeptisch gegenüber, weil sie dieses Besprechen vermissten. Jeder kannte einige bekannte Sprüche und Beschwörungen, doch gibt es im Zentral-Hindukusch auch Männer, die zwar nicht professionell, aber auf Grund von besonderen Fähigkeiten und Kenntnissen zu Heiltätigkeiten herangezogen werden. Dies sind manchmal die "Bürgermeister" des Dorfes, manch-

mal aber auch Männer, die nur in dieser Hinsicht im Dorf und in den Tälern eine Rolle spielen. Man kann also nicht von einem besonderen Stand von "Medizinmännern" oder "Magiern" sprechen, sondern nur von Männern, die in der Heilbetätigung besonders geschickt zu sein scheinen. Zu diesen magischen Tätigkeiten tragen sie angeblich nie eine besondere Kleidung und verwenden auch keine Ausrüstung, da sie nur in Besprechen und Besingen verbunden mit Auflegen und Verabreichen von Heilmittel oder Ausführung von Heilmethoden bestehen.

Wir finden also in der Medizin der Bewohner des Zentral-Hindukusch eine überaus innige Verflechtung von empirischer und dämonischer Medizin, die die Bestandteile jeder Volksmedizin darstellen.

Die Aufzeichnung der Verhältnisse eines Volkes, zu denen auch die Volksmedizin gehört, das noch auf einer niedrigen Kulturstufe steht, gibt Rückschlüsse auf die Zustände früherer Kulturen und kann so zu einem vergleichendem Glied für die Geschichte der Medizin werden.

VERWENDETE LITERATUR

I. Zur Geographie des Hindukusch:

1. Dietrich HASSE,	Mitglied der Deutschen Hindkusch-Kundfahrt 1960: Briefliche und mündliche Unterredung.
2. Otto HUBER:	Bericht über die Traunsteiner Hindukusch-Expedition 1961 im Jahrbuch 1961 des Deutschen und Österreichischen Alpenvereins.
3.	"Der Bergbote", Zeitschrift der Sektion Berlin des DAV, 12. Jahrgang Heft 12, 13. Jahrgang, Heft 1 - 3, Berichte über die Deutsche Hindukusch-Kundfahrt 60.
4.	"Die Erde", Zeitschrift der Gesellschaft für Erdkunde zu Berlin, 92. Jahrgang 1961, Heft 1, Dietrich Hasse: Vorläufiger Bericht über eine Hindukusch-Kundfahrt 1960
5.	Grosser Herderatlas: Carl Rathjens "Afghanistan".
6. RATHJENS C.:	Jahrbuch des DAV, 80 Bd. "Der afghanische Hindukusch".
7. TRINKLER E. :	Afghanistan
8. IVEN W.:	"Vom Pändschir zum Pändsch", Bericht über eine Forschungsreise im Hindukusch in NO-Afghanistan.
9. BRÜCKL K.:	Neues Jahrbuch f. Mineralogie, Geologie und Paläontologie, 74 Bd.: "Über die Geologie von Badakhschan und Kataghan"
10.	Auskünfte bei der Deutschen Geologischen Mission in Kabul.
11. TICHY H.:	"Afghanistan"
12.	Dierecke Schulatlas für höhere Lehranstalten, grosse Ausgabe.

II. Zur Anthropologie und Ethnologie:

1. LÉVY - BRUHL L.:	"Die Seele der Primitiven", 1956
2.	Archiv für Anthropologie, Heft 3, 1903 Stratz C.H.: "Das Problem der Rasseneinteilung der Menschheit."
3. DITTMER K.:	"Allgemeine Völkerkunde" 1957
4. ADAM L.,	Trimborn "Lehrbuch der Völkerkunde" 1958
5. WESTERMANN D.:	"Die heutigen Naturvölker im Ausgleich mit der neuen Zeit" 1940
6. THURNWALD R.:	"Psychologie des primitiven Menschen." Handbuch der vergleichenden Psychologie 1922.
7. THURNWALD R.:	"Die menschliche Gesellschaft in ihren ethnosoziologischen Grundlagen" 1932.
8. THURNWALD R.:	"Analyse von Entwicklung und Zyklus in Grundfragen menschlicher Gesellung" 1957
9. HARTINGER H.:	"Die Sprache der Erde" 1953
10. THEILE A.:	"Die Kunst der Naturvölker" 1955
11. WEIGERT H.:	"Kleine Kunstgeschichte der Vorzeit und der Naturvölker" 1956
12. v.SYDOW E.:	"Die Kunst der Naturvölker und der Vorzeit" 1932
13. ADAM L.:	"Primitive Art" 1954
14. SACHS C.:	"Geist und Werden der Musikinstrumente" 1929
15..v.SYDOW E.:	"Dichtung der Naturvölker" 1954
16. SÖDERBLOM N.:	"Das Werden des Gottesglaubens" 1926.
17. SCHMIDT W.:	"Handbuch der vergleichenden Religionsgeschichte" 1930
18. BETH K.:	"Religion und Magie" 1927
19. SCHMIDT M.:	"Grundriss ethnologischer Wirtschaftslehre" 1920

III. Zur Hygiene:

1. RUBNER M.: "Lehrbuch der Hygiene" 1907

2. PRAUSNITZ W.: "Atlas und Lehrbuch der Hygiene" 1909

3. MÜLLER R.: "Hygiene" 1949

4. RODENWALDT E. und BADER R.E.: "Lehrbuch der Hygiene" 1951

5. RODENWALDT E.: "Tropenhygiene - Lebenshaltung und Lebensführung in warmen Ländern" 1957

6. MÜLLER G.: "Hygiene" 1960

IV. Zur Volksmedizin:

1. SPRENGEL K.: "Versuch einer Pragmatischen Geschichte der Arzney-Kunde", I. Teil 1821

2. HECKER J.F.K.: "Geschichte der Heilkunde", I. Band 1822

3. LESSING M.B.: "Handbuch der Geschichte der Medizin" Band I, 1838

4. HAESER H.: "Lehrbuch der Geschichte der Medizin", I. Band 1875

5. LEUPOLDT J.M.: "Die Geschichte der Medizin nach ihrer objektiven und subjektiven Seite" 1863

6. NEUBURGER M.: "Geschichte der Medizin" I. Band, 1906

7. VORWAHL H.: "Geschichte der Medizin unter Berücksichtigung der Volksmedizin". 1928

8. DIEPGEN P.: "Geschichte der Medizin", Band I, 1949

10. ASCHOFF-DIEPGEN-GOERKE: "Kurze Übersicht zur Geschichte der Medizin" 1960.

11. HOVORKA O.-KRONFELD A.: "Vergleichende Volksmedizin", Band I und 2, 1908

12. HOVORKA O.: "Geist der Medizin" 1915

13. BARTELS M.: "Die Medizin der Naturvölker" 1893

14. BALK N.: "Medizin der Lappen" 1932

15. BURANG TH.: "Tibetische Heilkunde" 1920

16. CRASINSKY v.C.: "Tibetische Medizinphilosophie".

17. Psyche, Zeitschrift für psychologische und medizinische Menschenkunde, Heft Februar 1957. "Übertragungsphänomene in der Medizin der Primitiven."

18. JUNGBAUER G.: "Deutsche Volksmedizin" 1934

19. JUNGBAUER G.: "Geschichte der Deutschen Volkskunde" 1931

20. SEYFRATH C.: "Aberglaube und Zauberei in der Volksmedizin" 1913.

21. MAGNUS H.: "Die Organ- und Bluttherapie" 1906

22. MAGNUS H.: "Die Volksmedizin, ihre geschichtliche Entwicklung und ihre Beziehungen zur Kultur" 1905

23. SALLER K.: "Volksmedizin und ausserschulgemässe Diagnostische und Therapeutische Methoden" 1951

24. BÜTTNER L.: "Fränkische Volksmedizin" 1935

25. FLÜGEL: "Volksmedizin und Aberglaube im Frankenwald" 1863.

26. FOSSEL V.: "Studien zur Geschichte der Medizin" 1909

27. FOSSEL V.: "Volksmedizin und medizinischer Aberglaube in der Steiermark" 1886

28. HÖFLER M.: "Volksmedizin und Aberglaube in Bayerns Gegenwart und Vergangenheit" 1888

29. HÖFLER M.: "Die volksmedizinische Organotherapie und ihr Verhältnis zum Kultopfer" 1890.

30. LAMMERT G.: "Volksmedizin und medizinischer Aberglaube in Bayern" 1869

31. Sudhoffs Archiv für Geschichte der Medizin und Naturwissenschaften, Band 34/35, 1941

HEISCHKEL E.: "Medizingeschichtsschreibung und Volksmedizin"

MARZELL H.: "Heilkräuter in der deutschen und der südslawischen Volksmedizin"

32. HIRSCHEL B.: "Der homöopatische Arzneischatz in seiner Anwendung am Krankenbette" 1866

33. KROEBER L.: "Das neuzeitliche Kräuterbuch" 1934

V. Allgemeine medizinische Bücher:

1. PSCHYREMBEL W.: "Klinisches Wörterbuch" 1959

2. HEILMEYER L.: "Lehrbuch der inneren Medizin" 1961

3. SEITZ W.: "Taschenbuch der inneren Medizin" 1961

4. GARRE-STICH-BAUER: "Lehrbuch der Chirurgie"1958

5. PSCHYREMBEL W.: "Praktische Geburtshilfe" 1960

6. STOECKEL W.: "Lehrbuch der Gynäkologie" 1960

7. GLANZMANN E.: "Einführung in die Kinderheilkunde" 1958

8. KOLLE K.: "Psychiatrie" 1961

9. AMSLER M.: "Lehrbuch der Augenheilkunde" 1960

10. SCHÖNFELD W.: "Lehrbuch der Haut- und Geschlechtskrankheiten" 1959

11. MERZ K.W.: "Grundlage der Pharmokologie" 1958.

Herrn Professor Dr. W. LEIBBRAND sei an dieser Stelle herzlich gedankt für die Anregung zu dieser Arbeit, sein Interesse und die mir jederzeit bereitwillig gewährte Unterstützung.

Ebenso spreche ich Frau Priv.-Doz. Dr. A. LEIBBRAND-WETTLEY für ihre wertvollen Hinweise bei der Ausführung der Arbeit meinen aufrichtigen Dank aus.

LEBENSLAUF

Name:	Karl Winkler
Geburtstag u. -ort:	8. November 1937 in Traunstein
Vater:	Karl Winkler, Architekt in Traunstein
Schulbesuch:	1944-1949 Volksschule Traunstein 1949-1958 Humanistisches Gymnasium in Traunstein Juni 1958 Reifeprüfung
Studium der Medizin:	1958-1964 an der Universität München
Physikum:	1961
Staatsexamen:	5.6.1964